

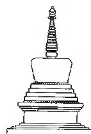
ศีล สมาธิ ปัญญา
ในพระพุทธศาสนา

สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ศีล สมาธิ ปัญญา
ในพระพุทธศาสนา

สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก


วัดบวรนิเวศวิหาร
กฎิหลวงกัมปนาทแสนยากร
3111102002226



พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ

พิมพ์ครั้งที่ ๔
พ.ศ. ๒๕๓๖
จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์ชวนพิมพ์
๔๖๙ ถนนพระสุเมรุ แขวงบวรนิเวศน์ เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐
โทร. ๒๘๐-๓๕๔๒, ๒๘๑-๐๕๔๑, ๒๘๑-๓๑๘๐-๑, ๒๘๒-๒๑๑๔
นายจิโรจน์ ศรสงคราม ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๓๖

คำนำ

พระนิพนธ์เรื่อง "ศีล สมาธิ ปัญญา ในพุทธศาสนา" ของเจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ที่ได้เคยตีพิมพ์มาแล้วหลายครั้ง โดยครั้งแรกพิมพ์แยกเป็นเรื่องละเล่ม ต่อมาจึงได้รวมพิมพ์เป็นเล่มเดียวกัน แต่เนื้อหายังคงเดิม การพิมพ์ครั้งนี้นับเป็นครั้งที่ ๔

พระนิพนธ์เรื่องนี้ เจ้าพระคุณสมเด็จฯ ได้ทรงอธิบายเรื่องของศีล สมาธิ ปัญญา ไว้โดยสังเขป เข้าใจง่าย เป็นความรู้เบื้องต้นสำหรับที่จะเป็นพื้นฐานในการศึกษาในระดับสูง ๆ ขึ้นไป

ฉะนั้น จึงหวังว่าพระนิพนธ์เรื่องนี้คงจะอำนวยประโยชน์แก่ผู้ประสงค์จะหาความรู้ความเข้าใจเรื่องศีล สมาธิ ปัญญา ในพระพุทธศาสนาได้อย่างพอเพียงแก่การปฏิบัติในเบื้องต้น และเป็นพื้นฐานเพื่อการศึกษาต่อ ๆ ไป

สำนักเลขานุการสมเด็จพระสังฆราช

วัดบวรนิเวศวิหาร

มกราคม ๒๕๓๖

สารบัญ

ศีลในพระพุทธศาสนา



ความหมายของศีล



คำว่า "**ศีล**" นั้น ได้แก่เจตนาที่เป็นเหตุงดเว้นอย่างหนึ่ง หมายถึงเจตสิก คือเจตนางดเว้น หรือความงดเว้นนั้นเองที่บังเกิดขึ้นในใจ หมายถึง **สังวโร** หรือ **สังวร** คือความสำรวมระวัง หมายถึง **อวีติกกมะ** ความไม่ละเมิด คือความที่ไม่ล่วงละเมิด ท่านอธิบายความหมายของศีลไว้ดังนี้ และอรรถคือเนื้อความของศีลนั้นมีความหมายถึงว่า ความตั้งกายกรรมเป็นต้นไว้ด้วยดี หมายถึงว่า ความดำรงหรือทรงกุศลธรรมทั้งหลาย โดยเป็นที่ตั้งของกุศลธรรมทั้งหลาย และศัพท์ว่าศีลนั้น มีความหมายถึง "สิระ" ที่แปลว่าสูงสุด "สิละ"

ที่แปลว่า เงื่อนต้น "สีตละ" ที่แปลว่าเย็น "สิวะ" ที่แปลว่า ควรเสพ เป็นต้น

แม้ศีลจะมีอรรถคือเนื้อความและมีศัพท์ที่จะพึงแปลไปได้หลายอย่าง แต่ก็มีลักษณะเป็นอันเดียว คือ *ความเป็นปกติ* เหมือนอย่างว่ารูปที่ตาเห็นแตกต่างกันหลายอย่าง แต่ก็มีลักษณะที่เป็นสิ่งที่พึงเห็นได้ด้วยตาเพียงอย่างเดียว ลักษณะที่เป็นอันเดียวกันของศีลคือความเป็นปกติ ก็ควรจะมีความหมายครอบถึงทั้งกายวาจาใจ คือความเป็นปกติกาย ปกติวาจา ปกติใจ โดยทั่วไปมักจะอธิบายกันแต่เพียงเป็นความปกติกาย ปกติวาจา แต่ก็ควรจะถึงใจด้วย เทียบอย่างกรรมบถคือทางของกรรม การงานที่กระทำด้วยเจตนาคือความจงใจ ก็แบ่งเป็นกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ทั้งฝ่ายอกุศลและทั้งฝ่ายกุศล แม้ทางใจเองเมื่อปรากฏเป็นกิเลสอย่างแรง ดังที่แสดงไว้ในกรรมบถนั้น ในฝ่ายที่เป็นอกุศล คือ เมื่อถึง **อภิชฌา** ความโลภเพ่งเล็งทรัพย์สมบัติของผู้อื่นมาเป็นของตน เป็น **พยาบาท** ความปองร้ายหมายทำลายล้าง เป็น **มิจฉาทิฏฐิ** ความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม ดังเช่นเห็นว่าบาปบุญไม่มี และเหตุแห่งสุขทุกข์ต่าง ๆ ที่เป็นบาปเป็นบุญไม่มี มารดาบิดาไม่มี เป็นต้น เมื่อเป็นความเห็นที่ผิดจากทำนองคลองธรรมดั่งนี้ ก็จัดเป็นมโนกรรมคือเป็นการงานที่กระทำทางใจเป็นอกุศล เพราะฉะนั้น กรรมคือการงานที่กระทำทางใจนี้จึง

มีได้ เมื่อมีมโนกรรมได้ มโนกรรมก็จัดอยู่ในประเภทของศีล คือ ความที่เว้นจากมโนกรรมที่เป็นฝ่ายอกุศลก็จัดเป็นศีล เช่น เดียวกับเว้นจากกายกรรมที่เป็นอกุศล เว้นจากวจีกรรมที่เป็นอกุศลก็จัดเป็นศีล และเมื่อมีมโนกรรมที่เป็นอกุศล ก็จัดเป็นการละเมิดศีล เช่นเดียวกับมีกายกรรมที่เป็นอกุศล มีวจีกรรมที่เป็นอกุศล ก็จัดเป็นการละเมิดศีล เพราะฉะนั้น แม้กรรมที่เป็นไปทางใจก็มีอยู่ดังที่กล่าวมานี้

ฉะนั้น เจตนาคือศีลจึงมีความหมายถึงเจตนาคือความงดเว้นจากกายกรรม วจีกรรม มโนกรรมที่เป็นอกุศล ที่เป็นบาปเป็นทุจริตทั้งหมด และอรรถคือเนื้อความที่เป็นอันเดียวกันของศีลคือความเป็นปกติ จึงมีความหมายถึงความปกติกาย ปกติวาจา ปกติใจด้วย ครบทั้ง ๓



ศีลคู่กับวินัย

ศีลนี้คู่กันอยู่กับ **วินัย** วินัยนั้นเป็นพระบัญญัติของพระพุทธเจ้า แบ่งออกโดยย่อเป็น ๒ ก่อน คือ **อาคาริยวินัย** วินัยสำหรับคฤหัสถ์ **อนาคาริยวินัย** วินัยสำหรับบรรพชิต อาคาริยวินัย วินัยสำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือนนั้น ก็ได้แก่สิกขาบทที่ทรงบัญญัติไว้สำหรับคฤหัสถ์ ๕ ข้อบ้าง ๘ ข้อบ้าง ส่วนอนาคาริยวินัย วินัยที่ทรงบัญญัติไว้สำหรับบรรพชิต

ผู้ไม่มีเรือน ก็ได้แก่สิกขาบทที่ทรงบัญญัติไว้สำหรับภิกษุที่มาในพระปาติโมกข์ ๒๒๗ สิกขาบท สำหรับสามเณรก็ ๑๐ สิกขาบท วินัยจึงมีจำแนกข้อว่ามีกี่ข้อตามที่ทรงบัญญัติไว้ดั่งนี้ และเมื่อรับปฏิบัติในพระวินัยที่ทรงบัญญัติไว้นี้ สำหรับเป็นคฤหัสถ์ถ้ารับพระบัญญัติ ๕ ข้อ ก็เรียกว่าศีล ๕ ๘ ข้อก็เรียกว่าศีล ๘ เมื่อรับพระบัญญัติ ๒๒๗ ข้อก็ชื่อว่าศีล ๒๒๗ รับพระบัญญัติ ๑๐ ข้อก็เรียกว่าศีล ๑๐ ฉะนั้นความเป็นศีลจึงบังเกิดขึ้นตามความถือปฏิบัติตามพระวินัยหรือตามวินัยดังกล่าว เฉพาะลำพังศีลเองนั้นไม่มีข้อ แต่มีลักษณะดั่งที่กล่าวมาแล้วรวม ๆ จนถึงมีลักษณะเป็นอันเดียว คือความปกติกายวาจาใจเป็นลักษณะดังที่กล่าวนั้น วินัยจึงคู่อยู่กับศีลดั่งนี้ โดยที่ไม่แยกออกจากกัน ต้องประกอบอยู่ด้วยกัน



ประโยชน์ของการบัญญัติวินัย

พระพุทธเจ้าทรงประกาศพระพุทธศาสนานั้น ในชั้นแรกยังมิได้ทรงบัญญัติพระวินัย แต่ในต่อมาจึงทรงบัญญัติพระวินัย และข้อที่ทรงบัญญัติพระวินัยนั้น ก็เพราะเมื่อพระภิกษุทั้งหลายมีมากขึ้น **อาสวัฏฐานิยธรรม** คือธัมมะทั้งหลายซึ่งเป็นที่ตั้งของอาสวกิเลส กิเลสที่ดองสันดานมีมากขึ้น อาทิ

จำนวนพระมีมากขึ้น ลาภผลสักการะต่าง ๆ มีมากขึ้น เป็นต้น พระภิกษุเองจึงมีความประพฤติที่ปรากฏออกทางกายทางวาจาที่ไม่ดีไม่งามต่าง ๆ เพราะฉะนั้น อาศัยอำนาจประโยชน์ที่ต้องการ ๑๐ ข้อ จึงได้ทรงบัญญัติพระวินัย คือ

๑. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อความตั้งอยู่ด้วยดีแห่งสงฆ์ คือหมู่ของภิกษุทั้งหลายที่ดีงาม

๒. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อความที่สงฆ์คือหมู่ภิกษุทั้งหลายอยู่ผาสุก

๓. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อข่มบุคคลทั้งหลายที่เก้อยาก อันหมายความว่าที่เป็นอลัชชี คือไม่มีความละอายใจจึงประพฤติสิ่งที่ไม่สมควรต่าง ๆ

๔. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อความอยู่ผาสุกของภิกษุทั้งหลายซึ่งมีศีลเป็นที่รัก

๕. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อความสำรวมระมัดระวังอาสวะคือกิเลสดองสันดานทั้งหลายที่เป็นไปอยู่ในปัจจุบัน

๖. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อละ ทำลายอาสวะคือกิเลสที่ดองสันดานทั้งหลายที่เป็นสัมปรายะ ที่เป็นไปในภายหน้า

๗. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อความเลื่อมใสของบุคคลทั้งหลายผู้ยังไม่เลื่อมใส

๘. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อความที่บุคคลผู้เลื่อมใสแล้ว มีความเลื่อมใสยิ่งขึ้น

๙. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่อความตั้งอยู่ของพระสัทธรรม

๑๐. ทรงบัญญัติพระวินัยเพื่ออนุเคราะห์ คือปฏิบัติวินัยเอง คือปฏิบัติการกำจัดโทษทางกายทางวาจาโดยตรง ทำให้บังเกิดความเรียบร้อยดีงามทางความประพฤติขึ้นในหมู่

พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติพระวินัยเพื่ออำนาจประโยชน์ทั้ง ๑๐ ประการดังที่กล่าวมานี้ เพราะฉะนั้น ผู้สมาทานศีล เช่น สมาทานศีล ๕ สมาทานศีล ๘ ก็สมาทานวินัยนั่นเอง ๕ ข้อ ๘ ข้อ หรือสมาทานศีล ๑๐ ก็สมาทานวินัย ๑๐ ข้อนั่นเอง ส่วนวินัยของภิกษุคือสิกขาบทที่มาในพระปาติโมกข์ ๒๒๗ ข้อนั้น ไม่ได้สมาทานทีละข้อเหมือนอย่างศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ แต่ชื่อว่าสมาทานด้วยการที่เข้ามาอุปสมบทเป็นภิกษุในพระพุทธศาสนา เพราะพระวินัยที่มาในพระปาติโมกข์ ๒๒๗ สิกขาบทนั้น เป็นวินัยที่ทรงบัญญัติขึ้นสำหรับภิกษุ ฉะนั้น เมื่อสำเร็จเป็นภิกษุขึ้นแล้วจากการอุปสมบท ก็ชื่อว่าต้องปฏิบัติวินัย ๒๒๗ สิกขาบทนี้โดยอัตโนมัติ โดยไม่ต้องสมาทานทีละข้อ



ความหมายของสิกขาบท

คำว่า **"สิกขาบท"** นี้แปลว่าบทของการศึกษา และคำว่า **บท** นั้นแปลว่าทางก็ได้ แปลว่าก้าวก็ได้ ทางก็คือว่าทางแห่งการศึกษา ก้าวก็คือว่าก้าวของการศึกษา สำหรับในความหมายทางร่างกาย บทกับบาทมาจากมูลธาตุเป็นอันเดียวกัน คำว่าบาทนั้นแปลว่า เท้า ก็ใช้สำหรับเดิน จะไปไหนก็ใช้เท้าเดิน เพื่อให้ถึงที่ ๆ ต้องการจะไป เพราะฉะนั้นมูลธาตุของคำว่าบทหรือบาทจึงแปลว่าการถึง หรือการให้ถึงด้วยการเดินไปตามทางทีละก้าว ๆ สิกขาบทหรือบทของสิกขาก็คือว่าทางเดินหรือว่าการเดินเพื่อให้ถึงไปทีละก้าว ๆ ของการศึกษา อันแสดงว่าสิกขาหรือศึกษานี้เป็นสิ่งที่จะต้องเดินไปปฏิบัติไปทีละก้าว เพื่อให้ถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษา และการที่ปฏิบัติไปทีละก้าว ๆ โดยลำดับนี้เรียกว่าสิกขาบท เพราะสิกขาบทที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติขึ้นสำหรับที่จะให้เดินไปทีละก้าว ๆ เพื่อให้ถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษา จึงเป็นข้อที่จะต้องปฏิบัติอยู่เสมอ จะเดินเพียงก้าวเดียวนั้นแล้วก็หยุดเสียก็ไม่ถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษา จะต้องเดินเรื่อยไป แต่ก็เดินไปทีละก้าว ๆ โดยลำดับ เหมือนอย่างสิกขาบทข้อหนึ่ง ๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ จะสำหรับคฤหัสถ์ก็ตาม สำหรับบรรพชิตก็ตาม ก็ต้องปฏิบัติกันอยู่เป็นประจำ

ไม่ใช่ว่าปฏิบัติวันเดียวแล้วไม่ต้องทำอีก ก็ต้องปฏิบัติเรื่อย ๆ ไปทุกวัน เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงจะถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษา ซึ่งจุดมุ่งหมายของการศึกษานี้ก็ได้แก่วิมุตติ ความหลุดพ้น หรือนิพพาน ตามจุดมุ่งหมายสูงสุดในพุทธศาสนา เมื่อยังไม่บรรลุวิมุตติ ไม่บรรลุนิพพาน ก็ต้องปฏิบัติเดินกันเรื่อยไป จะหยุดก็ไม่ได้ อันนี้เป็นความหมายตรงของคำว่าสิกขาบท



ปฏิบัติตามสิกขาบทคือรักษาศีล

คราวนี้การปฏิบัติตามสิกขาบทที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้เรียกว่า ศีล และก็เรียกจำแนกศีลว่ามีกี่ข้อ ๆ ก็ตามก็คือบฏิบัติตามสิกขาบทอย่างนั้น ๆ กี่ข้อ เช่นว่าปฏิบัติตามสิกขาบท ๕ ข้อ อย่างคฤหัสถ์ก็เรียกว่าศีล ๕ ๘ ข้อก็เรียกว่าศีล ๘ สำหรับฝ่ายบรรพชิตนั้น สำหรับสามเณร ๑๐ ข้อ ก็เรียกว่าศีล ๑๐ สำหรับภิกษุ ๒๒๗ ข้อก็เรียกว่าศีล ๒๒๗ ดั่งนี้ และคำว่าศีลนี้แปลอย่างหนึ่งว่าปกติ และก็ยังมีคำแปลอย่างอื่นอีก อันมีความหมายว่า ต้องการที่จะให้ปฏิบัติตามสิกขาบทนั้นจนเป็นปกติ อย่างเช่นว่าสิกขาบทบัญญัติว่า ให้เว้นจากการฆ่าก็ให้เว้นจากการฆ่าได้เป็นปกติ ให้เว้นจากการลักก็ให้เว้นจากการลักได้เป็นปกติ ต้องการจะให้ปฏิบัติ

ให้เป็นปกติ แต่ว่าในการที่จะปฏิบัติได้เป็นปกตินั้น ก็จะต้องมีวิรัติคือความตั้งใจงดเว้นจากข้อที่บัญญัติไว้ว่าให้งดเว้นจากสิ่งนั้น ๆ วิรัตินี้จึงเป็น **หัวใจของศีล** และก็มีสิ่งประกอบก็คือ นอกจากงดเว้นจากข้อที่ทรงบัญญัติไว้ให้งดเว้น ก็ต้องปฏิบัติในข้อที่ทรงบัญญัติให้ปฏิบัติด้วย อย่างเช่นสำหรับภิกษุทรงบัญญัติไว้ให้งดเว้นจากข้อนั้น ๆ ส่วนหนึ่ง และทรงบัญญัติว่าให้กระทำอย่างนั้น ๆ ส่วนหนึ่ง เมื่อทรงบัญญัติให้เว้นก็เว้น ทรงบัญญัติให้ทำก็ทำ แปลว่าจะต้องมีความเชื่อฟังและเมื่อมีความเชื่อฟังดั่งนี้ ก็จะทำให้งดเว้นในข้อที่ทรงบัญญัติให้งดเว้น กระทำในข้อที่ทรงบัญญัติให้กระทำได้ดั่งนี้เรียกว่าศีล และเมื่อจะกล่าวโดยสรุปก็ยังมีอีกข้อหนึ่งคือว่า ทรงบัญญัติให้ไปในที่ที่ควรไป ไม่ไปในที่ที่ไม่ควรไป ก็เชื่อฟังตามที่ทรงบัญญัตินั้น

ฉะนั้น ในบาลีที่แสดงอธิบายศีลสำหรับภิกษุทั่ว ๆ ไป จึงมักจะใช้คำอธิบายว่า **ปาติโมกขสํวรสํวุโต** สำรวมแล้วด้วยความสำรวมระวังในพระปาติโมกข์ **อาจารโคจรสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยอาจาระคือความประพฤติและโคจระโคจรคือที่เที่ยวไป ดั่งนี้ คำว่าสำรวมด้วยความสำรวมในพระปาติโมกข์นั้นก็ได้แก่ ความที่ตั้งใจสำรวมปฏิบัติตามสิกขาบทบัญญัติ ๒๒๗ ข้อที่เรียกว่าปาติโมกข์ คือเป็นพระบัญญัติที่เป็นข้อสำคัญ เป็นเบื้องต้นของพรหมจรรย์ อาจารโคจร

สมฺปนฺโน ถึงพร้อมด้วยอาจาระคือมรรยาท โคจรคือที่เที่ยว ก็หมายความว่าถึงพร้อมด้วยความประพฤติดีงามต่าง ๆ ดังที่ทรงบัญญัติเป็นข้อวัตรปฏิบัติต่าง ๆ ที่มานอกพระปาติโมกข์ทั้งหลาย ดังที่ประมวลไว้ในวินัยมุขเล่ม ๒ ถึงพร้อมด้วยโคจรคือที่เที่ยว คือเที่ยวไปในที่ ๆ ควรเที่ยวไป ซึ่งเมื่อกล่าวโดยสรุปแล้วก็คือว่า เดินยืนนั่งนอนในที่ ๆ ควรเดิน ควรยืน ควรนั่ง ควรนอนทั้งหลาย ในที่ทั้งปวง เหล่านี้รวมอยู่ในคำว่าศีล

เพราะฉะนั้น คำว่าศีลนั้นจึงหมายถึงความที่มีวิรัติเจตนา ความตั้งใจงดเว้นข้อที่ทรงบัญญัติให้งดเว้น ให้ประพฤติในข้อที่ทรงบัญญัติให้ประพฤตินั้น ๆ เช่น ในอาจาระ มรรยาททั้งหลายที่ดีงามทั้งปวง เช่น เกี่ยวแก่การนุ่งห่ม การประกอบกิจวัตรอื่น ๆ ทั้งหลาย และให้เที่ยวไปในที่ที่ควรเที่ยวไป ไม่ไปในที่ ๆ ไม่ควรไป สำเร็จอิริยาบถทั้ง ๔ ในข้อที่ควรสำเร็จอิริยาบถทั้ง ๔ ศีลจึงเป็นข้อปฏิบัติสำหรับให้มีวินัยสำหรับตนเอง เป็นความเรียบร้อยงดงามสำหรับตนเองด้วย เป็นความเรียบร้อยสำหรับหมู่คณะด้วย และเมื่อเป็นดั่งนี้ ก็เป็นข้อกำจัดโทษทางกายทางวาจาทั้งหลาย ตลอดจนถึงทางจิตใจ เป็นข้อแนะนำที่ดีงามสำหรับความประพฤติที่ดีงามทางกายทางวาจา ท่านจึงเปรียบเหมือนอย่างว่าเป็นเครื่องประดับอันประเสริฐใช้ประดับกายประดับวาจาให้งดงาม



สีลนิสัย

เมื่อได้ปฏิบัติในศีลอยู่เป็นอาจิณก็ย่อมจะทำให้เกิดความคุ้นเคยในศีล จะทำให้สามารถปฏิบัติในศีลจนเป็นปกติความประพฤติได้ดั่งนี้เรียกว่า สีลนิสสัย คือมีศีลเป็นนิสัยที่อาศัย มีศีลเป็นวาสนาคือมีศีลที่อยู่ตัวคงที่คงตัว มีศีลเป็นสันดานคือเป็นเครื่องสืบต่อในจิตใจที่ดีงาม แต่ว่าจะปฏิบัติถึงขั้นนี้ได้นั้น ก็จะต้องประสบทุกข์ในการปฏิบัติศีลมาน้อยหรือมาก เพราะว่าการปฏิบัติในศีลดังกล่าวนั้นเป็นการปฏิบัติขัดต่อตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากในจิตใจที่ทุกคนมีอยู่ ศีลทุกข้อย่อมเป็นสิ่งที่ขัดคอตัณหาทั้งนั้น เป็นสิ่งที่กั้นประตูตัณหาทั้งนั้น ไม่ให้ตัณหาออกไปได้ เมื่อเป็นดั่งนี้ ตัณหาที่มีอยู่ก็ดิ้นขลุกขลักอยู่ในใจ ก็ทำให้เป็นทุกข์กลัดกลุ้มเดือดร้อน อันนี้แหละจะต้องใช้สติใช้ปัญญากำหนดให้รู้จัก **อริยสัจ** ที่เป็นขั้นมูลฐาน คือจะต้องกำหนดที่ใจของตนเองว่า ถ้าหากว่าได้รับความอึดอัดเดือดร้อนเพราะการปฏิบัติในศีลดั่งนี้ ก็ไม่ใช่เป็นโทษของศีล ศีลไม่ได้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ แต่ว่าเป็นโทษของตัณหาในจิตใจนั่นเอง ตัณหาเป็นตัวทุกขสมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์ เพราะฉะนั้น ทุกข์ทั้งหลายที่ได้รับในการปฏิบัติศีลนั้นเกิดจากตัณหาเป็นเหตุ ตัณหาที่ดิ้นขลุกขลักอยู่ในจิตใจเพราะออกไม่ได้ มีศีลกันอยู่ทุกทางที่ตัณหาจะออกไป

ก็กำหนดให้รู้จัก และเมื่อเป็นดั่งนี้แล้ว ก็ได้รู้จักอริยสัจ ๒ ข้อ คือ รู้จักทุกข์และรู้จักสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ขั้นศีล และเมื่อได้ตั้งใจไม่ยอมแพ้ต่อตัณหา ใช้ขันติ ความอดทน ใช้สติ ใช้ปัญญา ตลอดจนถึงตั้งใจอบรมสมาธิ อบรมปัญญาที่ยิ่ง ๆ ขึ้นไป แปลว่าไม่ยอมแพ้ ตัณหานั้นก็จะต้องสงบไปเอง เพราะว่าเมื่อบุคคลไม่แพ้แล้ว ตัณหาก็แพ้คือสงบไปเอง จิตก็สงบ ไม่ต้องไปทำอะไรตามตัณหา แต่ให้รู้จักมีขันติ มีสติปัญญา มีสมาธิ เหล่านี้ ตัณหาก็จะต้องแพ้ ต้องสงบดับลงไป



ศีลเป็นสรณะ

เมื่อตัณหาสงบดับลงไป นั้นแหละเป็นตัวทุกขนิโรธ ความดับทุกข์ และก็ต้องรู้จักว่าข้อปฏิบัติต่อสู้กับตัณหาจนตัณหาต้องแพ้ไป นั่นแหละเป็นตัวมรรคทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เป็นอันว่าได้รู้จักอริยสัจอีก ๒ ข้อ คือ ข้อทุกขนิโรธ และข้อมรรคในขั้นศีล นี้เป็นตัวสติปัญญาในขั้นนี้ และศีลนี้เองก็จะมาเป็นสรณะคือที่พึ่ง เรียกว่ามีธรรมะคือศีลเป็นที่พึ่ง และตนเมื่อมีศีลอยู่ ก็ชื่อว่าตนเป็นที่พึ่งของตนได้ในขั้นศีลนี้ เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่ามีธรรมะคือศีลเป็นที่พึ่ง และก็มีตนเป็นที่พึ่งด้วยในขั้นศีลนี้ พระพุทธเจ้าพระสงฆ์ก็มาเป็นที่พึ่งทั้งหมด เพราะฉะนั้นก็ต้องกำหนดให้รู้ดั่งนี้ และก็ต้อง

กำหนดให้รู้ด้วยตนเองที่ตัวเอง ต้องปฏิบัติที่ตัวเอง ตั้งใจรู้ ตั้งใจปฏิบัติอยู่ก็สามารถจะทำได้



ศีลเป็นเสมือนรั้วกันความชั่ว

การรักษาศีลเป็นที่รู้สึกกันโดยมากว่า เหมือนเป็นการสร้างรั้วล้อมตนเอง ศีลยิ่งมากข้อ ก็ยิ่งเหมือนรั้วที่แน่นหนาแข็งแรง และยิ่งมีวงแคบ จะทำอะไรจะไปไหนก็ล้วนแต่มีข้อห้ามทั้งนั้น เมื่อรู้สึกดั่งนี้จึงไม่พอใจจะรักษาศีล ปรารถนาที่จะทำอะไรไปข้างไหนตามความพอใจ มีเรื่องเล่าในอรรถกถาธรรมบทว่า

ภิกษุรูปหนึ่งรู้สึกว่าวินัยที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้มีเป็นอันมาก ไม่อาจที่จะรักษาให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ได้ มีความเบื่อหน่ายหมดกำลังใจ พระพุทธเจ้าได้ทรงเรียกภิกษุนั้นไปตรัสถาม ว่าสามารถจะรักษาเพียงข้อหนึ่งได้หรือไม่ ภิกษุนั้นก็กราบทูลว่า ถ้าเพียงข้อเดียวก็สามารถ พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า ถ้าอย่างนั้นก็ให้รักษาจิตของตน เมื่อสามารถรักษาจิตของตนได้เพียงข้อเดียว ก็สามารถรักษาข้ออื่น ๆ ได้ทั้งหมด ภิกษุนั้นได้ปฏิบัติตามพระพุทธโอวาท ก็สิ้นความอึดอัดรำคาญ สามารถรักษาพระวินัยให้บริสุทธิ์บริบูรณ์

อันที่จริงจะเปรียบศีลเหมือนอย่างรั้วล้อมก็ได้ แต่หมายความว่าล้อมมิให้ความชั่วเข้ามา เหมือนอย่างรั้วล้อมบ้านป้องกันโจรผู้ร้าย และรั้วบ้านนั้นก็มีประตูสำหรับเข้าออก แม้ตัวบ้านเองก็มีประตูหน้าต่าง คนโดยปกติก็เข้าออกทางประตู ถ้าปีนรั้วหรือปีนหน้าต่างเข้าหรือออก ก็เป็นการผิดปกติ ศีลก็เช่นเดียวกัน แม้เป็นข้อห้ามดังศีล ๕ เหมือนอย่างรั้วกั้น แต่นอกจากที่ห้ามไว้นั้นก็อาจทำได้ เท่ากับมีประตูสำหรับเข้าออกอยู่ด้วยบริบูรณ์ เพราะข้อที่พึงทำมีมาก จะแสดงไว้ก็คงไม่หมด จึงแสดงไว้แต่ข้อห้ามที่มีจำนวนเพียงเล็กน้อยเท่านั้น เมื่อเข้าใจดั่งนี้ ก็จะเข้าใจต่อไปได้ว่า ผู้ที่เว้นจากข้อห้าม ทำในข้อที่ท่านไม่ห้าม เรียกได้ว่าเป็นคนปกติ เหมือนอย่างเข้าออกทางประตูโดยปกติ เป็นอันได้เข้าใจความหมายของศีลโดยตรง



ศีลคือความปกติกาย ปกติวาจา ปกติใจ

ศีลแม้จะมีข้อบัญญัติน้อยหรือมากอย่างไร แต่ก็มีลักษณะเดียวคือความปกติ อันหมายถึงปกติกาย ปกติวาจา ปกติใจ แต่เพราะบุคคลมีโลภะ โทสะ โมหะ หรือโลภ โกรธ หลง จึงทำให้ประพฤติผิดปกติ เหตุฉะนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ตั้งใจงดเว้นจากความประพฤติผิดปกติต่าง ๆ และได้ทรง

บัญญัติข้อที่พึงงดเว้นไว้โดยชัดเจน เมื่อได้ตั้งใจงดเว้นตามพระบัญญัติ ก็ชื่อว่ามีศีลตามที่งดเว้นได้

เมื่อจะตั้งปัญหาว่า อะไรชื่อว่าศีล ก็อาจยกเอาลักษณะใดลักษณะหนึ่งของการปฏิบัติดังกล่าวขึ้นพูดได้ทั้งนั้น เช่นที่แสดงไว้ใน **ปฏิสัมภิทามรรค** ว่า "**เจตนา สีลํ** *เจตนาชื่อว่าศีล* **เจตสิกํ สีลํ** *เจตสิก ชื่อว่าศีล* **สํวโร สีลํ** *สังวรชื่อว่าศีล* **อวีติกฺกโม สีลํ** *ความไม่ล่วงละเมิดชื่อว่าศีล"* มีอธิบายว่า ที่ชื่อว่าศีลต้องประกอบด้วยเจตนาวิรัติงดเว้นจากการฆ่าสัตว์เป็นต้น เจตนานี้แหละชื่อว่าศีล วิรัติ หรือ เวรมณี คือความงดเว้น ชื่อว่าเจตสิกเพราะมีในใจ แม้เจตสิกคือวิรัติก็ชื่อว่าศีล เมื่อมีเจตนาและเจตสิกเป็นศีลขึ้น ก็มีการสำรวมระมัดระวังเป็นอันดี แม้ความสำรวมระมัดระวัง หรือที่เรียกวาสังวรนี้ก็ชื่อว่าศีล เมื่อมีความสังวร ก็ย่อมไม่ล่วงละเมิดภัยเวรนั้น ๆ แม้อวีติกกมะ ความไม่ล่วงละเมิด ก็ชื่อว่าศีล

อนึ่ง ข้อที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ อันผู้มีศีลสมาทานประพฤติ เรียกว่า สิกขาบท แม้สิกขาบทนี้ก็เรียกว่าศีล และก็เรียกว่าศีล ๕ เพราะมี ๕ สิกขาบท ศีล ๘ ก็เพราะมี ๘ สิกขาบท เป็นต้น ผู้ที่สมาทานศีลคือสมาทานสิกขาบทนั้น ๆ ดังสมาทานว่า "**ปาณาติปาตา เวรมณี สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ** *ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบทคืองดเว้นจากการฆ่าสัตว์"* ดั่งนี้เป็นต้น



ความสงบ ความเป็นปกติ เป็นตัวศีล

การสมาทานสิกขาบทนี้เป็นเบื้องต้นแห่งการนำตนเข้าสู่ศีลด้วยสมาทานวิรัติ เมื่อสมาทานแล้วก็รักษาไว้ด้วยดีไม่ล่วงละเมิดด้วยความสังวร ประกอบด้วยวิรัติเจตนา ความตั้งใจงดเว้น ผู้สมาทานศีลแล้วไม่ล่วงทางกายวาจา ศีลก็ไม่ขาดไม่ทะลุ แต่ถ้ายังคิดล่วงอยู่ หรือยังมีความคะนองกายวาจา ศีลก็ด่างพร้อยไม่บริสุทธิ์ ต่อเมื่อใจไม่คิดล่วงละเมิดและไม่คะนองกาย คะนองวาจา ศีลจึงไม่ด่างพร้อย เป็นศีลบริสุทธิ์ เพราะฉะนั้น ผู้มุ่งรักษาศีลให้บริสุทธิ์ จึงต้องรักษาเจตนาหรือใจให้ประกอบด้วยวิรัติ เมื่อเป็นเช่นนี้ ศีลก็จะเกิดอยู่กับใจ ใจก็จะอยู่กับศีล เป็นใจสงบ ใจปกติ กายวาจาก็สงบปกติ ดังพระบาลีว่า

สนฺตํ ตสฺส มนํ โหติ สนฺตา วาจา จ กมฺมํ จ

ใจของท่านสงบ วาจาและกรรมทางกายก็สงบ

จึงเป็นศีลตลอดกายวาจาใจ ความสงบความเป็นปกตินี้เป็นลักษณะเอกอันเดียวของศีล เป็นตัวศีล



ศีลที่เป็นบารมีในจริยาปิฎก

ศีลตามที่กล่าวมานี้มี ๒ ประเภทก่อน คือ **ศีลที่เป็นกรรม** กับ **ศีลที่เป็นบารมี** ศีลที่ปฏิบัติคราวหนึ่ง ๆ เป็นศีลที่เป็นกรรม เพราะเป็นกิจที่ทำ ศีลที่เป็นกรรมนี้แหละที่เก็บสั่งสมเป็นสันดานแห่งศีลในจิต ก็เป็นศีลที่เป็นบารมี ท่านแสดงว่าพระโพธิสัตว์ได้ทรงบำเพ็ญ **สีลบารมี** ทรงรักษาจิตไม่ให้โกรธ รักษาศีลไว้โดยไม่อาลัยแก่ชีวิตและเลือดเนื้อ ตลอดพระชาติเป็นอันมาก จึงได้สำเร็จพระโพธิญาณในที่สุด

ดังที่แสดงไว้ในจริยาปิฎก เล่าเรื่องดิรัจฉานบ้าง มนุษย์บ้าง เทพบ้าง ผู้รักษาศีลยิ่งกว่าชีวิต แม้เป็นเรื่องนิทานชาดกอันอาจเห็นว่าเก่าพ้นสมัย แต่คติของเรื่องก็ยังเป็นเครื่องสอนใจได้ ไม่มีเก่า ซ้ำยังเป็นเครื่องเตือนโดยอ้อมว่า แม้ดิรัจฉานก็ยังเห็นคุณของศีล ไฉนมนุษย์จะไม่เห็นคุณของศีลเล่า ดังเช่นเล่าเรื่องช้างชื่อ สีลวนาค เลี้ยงมารดา งูมีพิษร้ายชื่อ ภูริทัต กระบือใหญ่เรียกว่า มหิงสราช เรื่องหลังนี้เล่าถึงกระบือซึ่งเป็นสัตว์ใหญ่ ถูกวานรชั่วรังแกต่าง ๆ เช่น แกล้งถ่ายรด แต่ก็อดกลั้นใจไม่ทำร้ายตอบทั้งที่อาจทำได้ โดยเฉพาะเรื่อง **ภูริทัต** ที่แสดงไว้ใน **ภูริทัตชาดก** จัดเป็นชาดกที่แสดงสีลบารมีและจัดเป็นชาติที่สำคัญชาติหนึ่งในทศชาติ มีเรื่องโดยย่อว่า

นาคชื่อภูริทัต เป็นบุตรของท้าวธตรัฏฐและนางสมุทรชา

ขึ้นจากเมืองบาดาลมารักษาอุโบสถศีลที่ริมฝั่งแม่น้ำยมุนาในเมืองมนุษย์ ถูกพราหมณ์อาลัมพายน์จับไป บังคับให้แสดงแก่ประชาชน ตลอดจนแสดงถวายพระเจ้าพาราณสีผู้เป็นพระเชษฐาของนางสมุทรชา ต่อมาพี่น้องของภูริทัตติดตามมาช่วยแก้ให้พ้นจากอำนาจของพราหมณ์อาลัมพายน์ได้ ภูริทัตระวังจิตมิให้โกรธและทำร้ายพราหมณ์อาลัมพายน์ ยอมปฏิบัติตามคำสั่งให้แสดงของพราหมณ์อาลัมพายน์ รักษาศีลอยู่ได้ตลอดเวลา

เรื่องมนุษย์เล่าเรื่องกุมารชื่อ ชยทิส พระราชบิดาถูกโปริสาทซึ่งเป็นมนุษย์กินคนจับพระองค์ไปได้ในขณะที่เสด็จไปทรงล่าสัตว์ จะปลงพระชนม์เป็นภักษา พระราชาทรงขอผ่อนผันให้ปล่อยพระองค์เพื่อทรงทำกิจบางอย่าง และมอบหมายกิจการทั้งปวงแล้วพระองค์จะกลับมา โปริสาทจึงปล่อยพระองค์กลับ พระราชกุมารทรงขอพระราชบิดาเสด็จไปหาโปริสาทแทน ทรงรักษาสัจจวาจาสัญญาของพระราชบิดา โปริสาทเห็นความเด็ดเดี่ยวมั่นคง ไม่สะดุ้งสะเทือนของพระราชกุมาร ก็กลับเป็นฝ่ายสะดุ้งกลัว ไม่กล้าที่จะทำอันตรายได้ ปล่อยพระองค์ไป พระราชกุมารกลับเป็นฝ่ายชักนำให้โปริสาทมีศีลขึ้น

ส่วนเรื่องของเทพ ได้เล่าเรื่องธรรมเทพบุตรกับอธรรมเทพบุตร ฝ่ายหนึ่งคือฝ่ายธรรมเทพบุตร เที่ยวชักชวนมหา

ชนให้สมาทานกุศลกรรมบถ อีกฝ่ายหนึ่งคือฝ่ายอธรรมเทพบุตร ชักชวนมหาชนให้มาสมาทานอกุศลกรรมบถ รถของทั้ง ๒ ฝ่ายแล่นสวนทางมาพบกัน ฝ่ายอธรรมบังคับขู่ให้ฝ่ายธรรมหลีกทาง ถ้าไม่หลีกจะเกิดมหายุทธ ฝ่ายธรรมไม่ปรารถนาจะตอบโต้ด้วยอธรรม จึงเบี่ยงรถหลีกทางให้ด้วยจิตใจอันสงบ ฝ่ายอธรรมก็ตกจมแผ่นดินลงไปในขณะนั้นเอง ชาดกเรื่องนี้เป็นเครื่องสอนว่า ทุก ๆ คนเมื่อเกิดความกำเริบขึ้นในจิตเช่นความโกรธ ก็เท่ากับเป็นอธรรมเทพบุตรจะประพฤติบาปอกุศลทุจริตได้ทุกอย่าง ทั้งจักชักชวนคนอื่นให้ประพฤติด้วย แต่เมื่อดับความกำเริบจิตเสียได้ อธรรมในจิตก็จักตกลงไปทันที ทั้งนี้ด้วยวิธีหลีกทางให้คือเอาตัวหลบไม่เอาตัวออกรับออกโต้ เช่น เมื่อถูกยั่วโทสะก็ไม่เอาตัวออกรับการยั่วนั้น ปล่อยให้เขายั่วไปข้างเดียว ก็จักไม่เกิดโทสะซึ่งเป็นชนวนของการวิวาท การยั่วนั้นก็ไม่บังเกิดผล ต้องเลิกไปเอง เท่ากับฝ่ายอธรรมต้องตกจมแผ่นดิน เรื่องวิวาทที่เกิดด้วยโทสะ ก็เพราะเอาตัวออกรับเผชิญหน้ากัน เหมือนอย่างรถวิ่งมาชนกัน เรื่องนี้มีคติสอนใจได้อย่างดีถึงวิธีปฏิบัติชนะอธรรมด้วยธรรม

เรื่องในชาดกต่าง ๆ เหล่านี้ แม้จะถือว่าเป็นเพียงนิทานที่นำมาเล่าอ้าง แต่ก็เป็นนิทานที่ให้คติเกี่ยวกับสีลบารมี



สีลบารมี ๓ ชั้น

สีลบารมีนี้ยังแบ่งออกไปเป็น ๓ ชั้น คือ

สีลบารมี ได้แก่ ศีลที่บำเพ็ญ ด้วยรักศีลยิ่งกว่าบุคคลที่รักและทรัพย์สิน ดังภาษิตว่า "ผู้รักษาศีลพึงรักศีล เคารพในศีล เหมือนนกต้อยตีวิดรักษาไข่ เหมือนจามรีรักษาขนหาง เหมือนมารดารักษาลูกที่รัก หรือเหมือนคนตาบอดข้างหนึ่งรักษานัยน์ตาอีกข้างหนึ่งที่เหลืออยู่"

สีลอุปบารมี ได้แก่ ศีลที่บำเพ็ญ ด้วยรักศีลยิ่งกว่าอวัยวะร่างกายของตน ดังคำของจัมเปยยกนาคว่า "ร่างกายของเราจงแตกกระจัดกระจายอยู่ในที่นี้ เหมือนแกลบที่เขาโปรยกระจัดกระจายอยู่ก็ตามที เราจะไม่ทำลายศีล"

สีลปรมัตถบารมี ได้แก่ ศีลที่บำเพ็ญด้วยรักศีลยิ่งกว่าชีวิตของตน ดังคำของภูริทัตว่า "ความสละชีวิตของตนเบายิ่งกว่าหญ้าในเรา ความละเมิดศีลสำหรับเราเหมือนพลิกแผ่นดิน" และดังภาษิตว่า "นรชนพึงสละทรัพย์เพราะเหตุแห่งอวัยวะ เมื่อจะรักษาชีวิตพึงสละอวัยวะ เมื่อระลึกถึงธรรมพึงสละทุกอย่าง ทั้งอวัยวะ ทรัพย์ และแม้ชีวิต"



อานิสงส์ของศีล

ศีลนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสพรรณนาอานิสงส์ไว้โดยเอนกปริยาย ดังเช่นคำบอกอานิสงส์ว่า "**สีเลน สุคตึ ยนฺติ** *ไปสู่สุคติเพราะศีล* **สีเลน โภคสมฺปทา** *โภคทรัพย์ถึงพร้อมเพราะศีล* **สีเลน นิพฺพุตึ ยนฺติ** *ถึงความดับทุกข์เพราะศีล* **ตสฺมา สีลํ วิโสธเย** *เหตุดังนั้นสาธุชนพึงชำระศีลให้บริสุทธิ์*"

ศีลให้อานิสงส์ดังกล่าวในปัจจุบัน พึงเห็นได้ในที่ใกล้ที่สุดคือในตนเองของทุก ๆ คนและในปัจจุบันนี้ คือทุก ๆ คนมีความสวัสดี ปราศจากภัยเวร ไม่ถูกทำร้ายร่างกายและชีวิต ไม่ถูกลักทรัพย์ เป็นต้น เพราะเหตุที่มีเครื่องคุ้มครองรักษาทางบ้านเมืองบ้าง ทางพระศาสนาบ้าง กล่าวเฉพาะทางพระศาสนาก็คือ ศีล อันได้แก่ การงดเว้นจากการกระทำดังกล่าวของบุคคลอื่น ในที่ใดคนไม่มีศีลแก่กัน มุ่งแตจะเบียดเบียนกัน อยู่ในที่นั้นไม่มีความสุข จะประกอบอาชีพอะไรให้เกิดความเจริญไม่ได้ ส่วนในที่ใดคนมีศีลแก่กัน อยู่ในที่นั้นจึงจะมีความสุขความเจริญ **สุคติ** แปลว่า การไปดี การถึงดี หมายถึงความสุขความเจริญ **โภคสัมปทา** แปลว่าความถึงพร้อมด้วยโภคะ หมายถึงมีโภคทรัพย์สมบูรณ์ ผลเหล่านี้ย่อมเกิดขึ้นเพราะคนที่อยู่ด้วยกันมีศีลแก่กัน คือเว้นเบียดเบียนกัน ผลอีกข้อหนึ่งคือความดับทุกข์ร้อนใจ จะเห็นได้ง่ายว่า

เกิดจากศีล ฉะนั้น เมื่อพิจารณาโดยถ่องแท้แล้วจะเห็นว่า ศีลเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนที่อยู่ร่วมกัน และเป็นสิ่งจำเป็นของทุก ๆ คน เพราะก็เป็นผู้หนึ่ง ๆ บรรดาผู้ที่อยู่ร่วมกัน แม้โจรผู้ร้ายไม่มีศีลแก่บุคคลอื่น ก็ต้องมีศีลแก่พวกของตนเอง ถ้าไม่ซื่อตรงต่อพวกของตน ทำร้ายกันเอง คดโกงกันเอง ก็จะคุมกันอยู่ไม่ได้ แต่บุคคลโดยมากมีความคิดคับแคบปรารถนาให้คนอื่นมีศีลแก่ตน คือ ปรารถนาไม่ให้คนอื่นเบียดเบียนตน แต่กลับไม่มีศีลแก่บุคคลอื่น ประพฤติเบียดเบียนเขา

พิจารณาสืบไปอีกชั้นหนึ่งว่า เพราะเหตุไรจึงปรารถนาให้คนอื่นมีศีลแก่ตน ก็จะเห็นเหตุผลต่อไปว่า เพราะทุก ๆ คนมีความรักตน รักร่างกายและชีวิต รักทรัพย์สมบัติและอื่น ๆ ของตน ปรารถนาสุขแก่ตน ไม่ปรารถนาทุกข์ รวมความว่าเมตตาตนเอง ถ้าได้แผ่เมตตานี้ไปแก่บุคคลอื่นใด ก็จะทำให้มีศีลแก่บุคคลนั้น คืองดเว้นจากการเบียดเบียนผู้นั้น เปลี่ยนเป็นเกื้อกูลอนุเคราะห์ เหมือนอย่างมารดาบิดามีศีลแก่บุตรธิดาด้วยอำนาจของเมตตา และเมื่อแผ่ไปในสัตว์ดิรัจฉาน ก็พาให้มีศีล เว้นเบียดเบียนในสัตว์ดิรัจฉาน เหมือนอย่างที่คนมีศีลในสัตว์เลี้ยงด้วยอำนาจของเมตตาเช่นเดียวกัน ผลของศีลที่เกิดจากเมตตานี้ ก็คือความสุขความเจริญของบุคคลผู้รับเมตตา เช่น มารดาบิดามุ่งผลคือความสุขความเจริญของบุตรธิดา เมื่อบุตรธิดามีความสุขความเจริญเต็มที่มารดาบิดาย่อม

จะวางใจเป็นอุเบกขาได้ ชื่อว่าวางความปรารถนาในผลที่ยิ่งขึ้นไปกว่านั้น และก็ย่อมมีความสุขเพราะเต็มความปรารถนา ศีลที่เกิดจากเมตตาก็เป็นเช่นเดียวกัน เมื่อพิจารณาดูตนเห็นว่าไม่ได้เบียดเบียนใครให้เดือดร้อนด้วยกายวาจาหรือแม้ด้วยใจ ก็ย่อมจะรู้สึกว่าตนเป็นผู้บริสุทธิ์และมีความสุข ผู้รักษาศีลเมื่อคอยรักษาจิตไม่ให้ปรารถนาผิด ไม่ให้โกรธ อบรมเมตตา จะมีศีลโดยง่าย และจะได้รับอานิสงส์ของศีลโดยฉับพลัน จิตใจเป็นสุคติ มีโภคทรัพย์ คือความอิ่มเต็ม ไม่บกพร่องไม่ทุกข์เดือดร้อน และจะแผ่ออกไปในวงแคบหรือกว้างตามขอบเขตอำนาจของศีล

สรุปลงโดยย่อที่สุดคือดับใจไม่ให้กำเริบ ไม่ให้โกรธ ก็จะรักษาศีลได้ และศีลก็จะรักษาผู้มีศีลให้ได้รับอานิสงส์ คือสุคติ การไปดี โภคสมบัติ ความถึงพร้อมด้วยโภคทรัพย์ และ นิพพุติ ความดับทุกข์เดือดร้อน



สมาธิในพระพุทธศาสนา



ความหมายของสมาธิ

จิตหรือสมาธินี้ พระพุทธเจ้าตรัสสั่งสอนไว้เป็นอันมาก ยกจิตขึ้นแสดงเป็นที่ตั้งบ้าง ยกสมาธิขึ้นแสดงบ้าง แต่ว่าที่ยกจิตขึ้นเป็นที่ตั้งนั้น บางแห่งมีความหมายถึง **สมาธิ** หรือ **สมถะ** บางแห่งมีความหมายถึง **ปัญญา** หรือ **วิปัสสนา** ด้วย บางแห่งก็แสดงไว้เป็นกลาง ๆ เป็นทางปฏิบัติได้ทั้งทางสมาธิและทั้งทางปัญญา ที่ยกจิตขึ้นเป็นที่ตั้งนั้น ดังเช่นที่ตรัสเอาไว้มีใจความว่า *"จิตดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย รักษายากห้ามยาก บัณฑิตผู้ทรงปัญญาย่อมทำจิตให้ตรง เหมือนอย่างช่างศรดัดลูกศร"* ทุกคนเมื่อพิจารณาดูที่จิตใจของตนเองแล้ว

ก็ยอมจะเห็นได้ตามที่ตรัสไว้นี้ คือ จิตดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย รักษายาก ห้ามยาก

และยังได้ตรัสไว้อีกว่า *"พึงยกจิตที่ควรยก พึงข่มจิตที่ควรข่ม พึงทำจิตให้ร่าเริง คือทำจิตที่ควรทำให้ร่าเริงให้ร่าเริง ควรเพ่งเฉยจิตที่ควรเพ่งเฉย"* เป็น ๔ ประการ

ประการที่ ๑ *"พึงยกจิตที่ควรยก"* นั้น ก็หมายความว่า จิตที่ย่อหย่อน ไม่เจริญโพชฌงค์ที่จะทำจิตให้ย่อหย่อนยิ่งขึ้น แต่เจริญโพชฌงค์ที่จะยกจิตขึ้น คือจิตที่ย่อหย่อนนั้น ก็คือจิตที่หยอนความเพียร ตกอยู่ใน **โกสัชชะ** ความเกียจคร้านในการปฏิบัตินั้น ให้เจริญ **ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์** สัมโพชฌงค์องค์แห่งความรู้พร้อม คือการวิจัยเลือกเฟ้นธรรม **วิริยสัมโพชฌงค์** สัมโพชฌงค์คือวิริยะ ความเพียรพยายามในอันที่จะละอกุศล อบรมกุศลให้บังเกิดขึ้น ปีติสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือปีติ เมื่อเป็นดังนี้ก็จะยกจิตทีย่อหย่อนนั้นขึ้นได้ให้หายย่อหย่อน ในขณะที่จิตย่อหย่อนนั้น ไม่ควรเจริญ **ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์** สัมโพชฌงค์คือปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ **สมาธิสัมโพชฌงค์** สัมโพชฌงค์คือสมาธิ **อุเปกขาสัมโพชฌงค์** สัมโพชฌงค์คืออุเบกขา ความเข้าไปเพ่งเฉยอยู่ เพราะอาจจะทำให้จิตย่อหย่อนยิ่งขึ้น

ข้อ ๒ *"พึงข่มจิตที่ควรข่ม ในสมัยที่ควรข่ม"* นั้น ก็คือจิตที่ฟุ้งซ่าน ในขณะที่จิตฟุ้งซ่านนี้ ให้เจริญ **ปัสสัทธิ**

สัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือปัสสัทธิ ความสงบ **สมาธิสัมโพชฌงค์** สัมโพชฌงค์คือสมาธิ **อุเปกขาสัมโพชฌงค์** สัมโพชฌงค์คืออุเบกขา แต่ไม่เจริญธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปีติสัมโพชฌงค์ เพราะจะทำให้ฟุ้งมากขึ้น

ข้อ ๓ *"พึงทำจิตที่ควรทำให้ร่าเริง ให้ร่าเริงในสมัยที่ควรทำให้ร่าเริง"* **นั้น** ก็คือ ในขณะจิตที่หมด **อัสสาทะ** คือ ความพอใจ ความเพลิดเพลินใจ เพราะว่า **ปัญญาประโยค** คือการประกอบด้วยปัญญาอ่อน โดยเฉพาะบรรลุ **อุปสมสุข** สุขคือความเข้าไปสงบระงับ ส่วนจิตนี้หมดอัสสาทะคือความพอใจ เมื่อเป็นดังนี้ ให้ปฏิบัติพิจารณา **สังเวควัตถุ** คือที่ตั้งของความสังเวช คือความรู้สึกพร้อมของจิตใจได้แก่ให้พิจารณา ชาติ ความเกิด ชรา ความแก่ พยาธิ ความป่วยไข้ มรณะ ความตาย ว่านี้เป็นธรรมดาแก่ชีวิตของทุกคน นี้เป็น ๔

ให้พิจารณา **อบายทุกข์** ทุกข์ถึงในอบาย อันหมายความว่าความทุกข์ที่จะต้องไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ที่จะต้องไปเกิดในนรก ที่จะต้องไปเกิดเป็นเปรต ที่จะต้องไปเกิดเป็นอสุรกาย เพราะประกอบบาปกรรม กรรมที่เป็นบาปเป็นอกุศล นี้เป็นข้อที่ ๕

ข้อที่ ๖ ก็พิจารณาถึงทุกข์ที่มีวัฏฏะ คือความเวียนว่ายตายเกิดเป็นมูลในอดีต

ข้อที่ ๗ ก็พิจารณาถึงความทุกข์ที่มีวัฏฏะ ความเวียนว่ายตายเกิดเป็นมูลในอนาคตเบื้องหน้า และ

ข้อที่ ๘ ก็พิจารณาถึงทุกข์ที่ต้องแสวงหาอาหารมาบริโภคในปัจจุบันนี้เป็นมูล

ก็รวมเป็นสังเวควัตถุ ที่ตั้งแห่งความสังเวช ๘ ข้อ

อนึ่ง ให้พิจารณาเจริญ **พุทธานุสติ** ระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้า **ธัมมานุสติ** ระลึกถึงคุณของพระธรรม **สังฆานุสติ** ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ อันจะทำให้เกิด **ปสาทะ** คือความผ่องใสใจ ความเลื่อมใสใจในภายใน ซึ่งจะทำให้จิตร่าเริง สิ้นความรู้สึกจืดชืด หมดอัสสาทะ ความพอใจ ความเจริญใจ

ข้อ ๔ *"พึงเพ่งเฉยจิตที่ควรเพ่งเฉยในสมัยที่ควรเพ่งเฉย"* นั้น ก็คือ เมื่อจิตไม่ย่อหย่อนอันจะต้องยก ไม่ฟุ้งซ่านอันจะต้องข่ม ไม่หมดอัสสาทะคือความพอใจตาม ๓ ข้อข้างต้นนั้น เป็นไปสม่ำเสมอในอารมณ์ของกรรมฐานที่ตั้งกระทำดำเนินไปในสมถวิถี คือในทางของสมถะ ความสงบรำงับในสมัยเช่นนี้จึงไม่ต้องยก ไม่ต้องข่ม ไม่ต้องทำให้ร่าเริง แต่เป็นสมัยที่ควรเข้าไปเพ่งเฉยอยู่ เพ่งดูอยู่ซึ่งจิตที่สงบตั้งมั่นเป็นอันดีแล้วนั้น เฉยอยู่

การปฏิบัติในขั้นนี้ ได้มีพระพุทธภาษิตที่แสดงไว้ให้ปฏิบัติเป็นหลักของการปฏิบัติสมาธิทั่วไป คือการปฏิบัติสมาธิทั่วไปนั้น เมื่อกล่าวสรุปเข้ามาในที่นี้แล้วก็กล่าวได้ว่า ปฏิบัติ

เพื่อยกจิตบ้าง เพื่อข่มจิตบ้าง ทำจิตให้ร่าเริงบ้างในเบื้องต้น แต่เมื่อทำได้แล้ว ปฏิบัติได้แล้ว ก็มาปฏิบัติในข้อ ๔ คือเข้าไปเพ่งเฉยอยู่ ดังเช่นที่มีแสดงไว้ว่าให้ปฏิบัติในกรรมฐานข้อนั้นข้อนี้ เพื่อกำจัดนิวรณ์ข้อนั้นข้อนี้ หรือเพื่อให้เหมาะแก่จริตของตนอย่างนั้นอย่างนี้เป็นอันมาก เพราะพระพุทธเจ้าทรงให้กรรมฐานก็เหมือนอย่างนายแพทย์ที่ให้ยา ให้ยาอย่างนั้นบ้างให้ยาอย่างนี้บ้างตามสมควรแก่โรค ครั้นโรคหายแล้วก็ไม่ต้องใช้ยาอย่างนั้น แต่ว่าใช้ยาบำรุงอีกอย่างหนึ่ง เป็นการรักษาความหายโรคนั้นให้คงไม่เป็นโรคและป้องกันไม่ให้เกิดโรค หรือเรียกว่าไม่ต้องใช้ยาจำเพาะโรคดังต้องใช้ในเบื้องต้น ก็คือใช้กรรมฐานในข้อ ๔ นี้ เพ่งเฉยจิตที่ควรเพ่งเฉย ในสมัยที่ควรเพ่งเฉย เรื่องจิตพระพุทธเจ้าตรัสไว้ที่ควรจะนำมาแสดงในที่นี้ก็ดังที่กล่าวมานี้

และที่กล่าวว่า *"จิตตสิกขาหมายถึงสมาธิ"* นั้น ก็คือการบฏิบัติอบรมจิต ดังที่กล่าวมาแล้วว่ามี ๔ อย่างนั้น เมื่อสรุปเข้าแล้วก็คือเพื่อให้จิตเป็นสมาธินั้นเอง และเพื่อให้จิตเกิดปัญญาต่อขึ้นไป

ว่าถึงสมาธิ อะไรชื่อว่าสมาธิ **เอกัคคตา** คือ ความที่จิตอันเป็นกุศลอันเรียกว่า กุศลจิต มีอารมณ์เป็นอันเดียวชื่อว่าสมาธิ สมาธินั้นจึงได้แก่การตั้งจิตและเจตสิก คือธัมมะที่เกิดขึ้นในจิตในอารมณ์เดียวสม่ำเสมอและชอบ สมาธิมี

ความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการกำจัดความฟุ้งซ่านเป็นรส คือเป็นกิจ มีความไม่กระเพื่อมของจิตเป็นเครื่องปรากฏ มีสุขเป็นบรรทัดฐาน คือเหตุใกล้ นี่คือลักษณะของสมาธิโดยทั่วไป



สมาธิภาวนา ๔ อย่าง

และสมาธินั้นพระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า มี **อานิสงส์** คือ ทำให้ได้ปัญญา ดังที่ตรัสไว้แปลความว่า "ภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงอบรมสมาธิ ผู้มีจิตเป็นสมาธิคือตั้งมั่นแล้ว ย่อมรู้ตามความเป็นจริง" และได้ตรัสแสดง **สมาธิภาวนา** ไว้ ๔ อย่างคือ

หนึ่ง สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน

สอง สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่อ **ญาณทัสสนะ** ความรู้ความเห็น

สาม สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่อสติสัมปชัญญะ สติ ความระลึกได้ สัมปชัญญะ ความรู้ตัว

สี่ สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่อสิ้นอาสวะ คือ กิเลสที่ดองจิตสันดานทั้งหลาย

อธิบายโดยย่อ ข้อ ๑ *อบรมสมาธิเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน* คือ ทำจิตให้มีอารมณ์เป็นอันเดียว อย่างสูงก็บรรลุถึงฌานทั้ง ๔ คือ ความเพ่งทั้ง ๔ อันได้แก่ **อัปปนาสมาธิ** สมาธิที่แนบแน่นจนเข้าถึงองค์ฌาน

ข้อ ๒ *อบรมสมาธิเพื่อญาณทัสสนะ* ความรู้ความเห็นนั้นก็คือมนสิการใน **อาโลกสัญญา** ความสำคัญหมายว่าสว่าง อธิษฐานคือตั้งใจกำหนด **ทิวาสัญญา** หรือความสำคัญหมายว่ากลางวัน คืออธิษฐานความสว่างเหมือนกลางวัน กลางคืนก็เหมือนกลางวัน กลางวันก็เหมือนกลางคืน คือให้สวางเหมือนกัน ทำจิตภาวนาให้สว่างด้วยใจที่ว่าง ไม่มีอะไรรัดรึง

ข้อ ๓ *สมาธิภาวนาเพื่อสติสัมปชัญญะ* คือ สติ ความระลึกได้ สัมปชัญญะ ความรู้ตัว คือระลึกได้รู้ตัวถึง **เวทนา** ความสุขความทุกข์ความเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข **สัญญา** ความจำได้หมายรู้ **วิตก** ความตรึก ให้รู้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เพราะฉะนั้น ในข้อ ๓ นี้ก็อาจจะสัมพันธ์กับข้อที่ ๒ เพื่อรู้เพื่อเห็น คือเมื่อรู้เมื่อเห็นอะไร นั้นก็เป็นเวทนา นั้นก็เป็นสัญญา นั้นก็เป็นวิตก ให้รู้แล้วว่าเป็นอย่างนั้น และทุกอย่างนั้นก็เป็นสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

ส่วนข้อ ๔ *เพื่อสิ้นอาสวะ* นั้น ก็คือการทำสมาธิภาวนาเพื่อปัญญา ตั้งต้นแต่ให้ตามเห็นพิจารณาเกิดดับในขันธ์เป็น

ที่ยึดถือทั้ง ๕ ประการ ว่ารูบ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เกิดขึ้นอย่างนี้ ดับไปอย่างนี้ ฉะนั้น สมาธิภาวนาจึงมี ๔ อย่างดังนี้



สมาธิคือสมถกรรมฐาน

กรรมฐาน นั้นหมายถึงอารมณ์ของจิตใจ ที่ยกมาปฏิบัติอบรมเพื่อทำใจให้สงบระงับ และเพื่อปัญญาที่รู้แจ้งเห็นจริง จึงมีแสดงกรรมฐานเป็น ๒ คือ **สมถกรรมฐาน** กรรมฐานเป็นอุบายสงบใจ และ **วิปัสสนากรรมฐาน** กรรมฐานเป็นอุบายเรืองปัญญา สำหรับสมถกรรมฐานนั้นก็คือสมาธินั่นเอง และวิปัสสนากรรมฐานนั้นก็คือ ปัญญานั่นเอง ใน **ไตรสิกขา** ซึ่งมี ๓ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา สมาธินั้นก็คือสมถกรรมฐาน ปัญญานั้นก็คือวิปัสสนากรรมฐาน

สำหรับสมาธิได้แสดงที่นี่มาแล้ว วันนี้จึงจะแสดงเพิ่มเติม โดยยกเอาสมถกรรมฐานมาแสดง ฉะนั้น ในชั้นสมาธินี้ จึงมีคำศัพท์ธัมมะใช้อยู่ ๒ คำ **สมถะ** คำหนึ่ง **สมาธิ** คำหนึ่ง โดยความก็มุ่งถึงอันเดียวกัน แต่ว่าโดยพยัญชนะ คือถ้อยคำต่างกัน คำว่า สมถะ นั้นแปลว่า สงบ คำว่า สมาธิ นั้นแปลว่า ตั้งมั่น ฉะนั้น จึงต้องทราบถึงภาวะคือความเป็นไปของจิตก่อน

จิตนั้นโดยปกติไม่สงบ ดังที่มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า *"ดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย"* เพราะอะไร ก็เพราะ**นิวรณ์** นั้นเอง ซึ่งแปลว่า กิเลสเป็นเครื่องกั้น คือกั้นจิตไว้ไม่ให้ได้สมาธิ ไม่ให้ได้ปัญญา ฉะนั้น จึงต้องมีวิธีปฏิบัติ ทำจิตให้สงบ วิธีปฏิบัติทำจิตให้สงบนั้นก็คือกรรมฐานนี่เอง คือสมถกรรมฐาน คือวิธีที่ทำจิตให้ตั้งมั่น อยู่ในอารมณ์ของสมาธิหรือของสมถะ เมื่อจิตได้ที่ตั้งดังนี้ จิตจึงสงบลงได้ เพราะฉะนั้น เมื่อมุ่งถึงการตั้งจิตให้มั่น ก็เรียกว่าสมาธิ และเมื่อมุ่งถึงความสงบจากความดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย ก็เรียกว่าสมถะดังกล่าวนี้ จิตจึงสงบเป็นสมถะด้วยสมาธิ คือตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ของความสงบ หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่ง จิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ ก็ด้วยจิตมีความสงบจากความดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย สงบกับตั้งมั่นจึงเป็นไปด้วยกัน สงบก็เรียกว่าสมถะ ตั้งมั่นก็เรียกว่าสมาธิ ต้องคู่กันไป เป็นไปด้วยกัน



เครื่องกั้นจิตไม่ให้ได้สมาธิ—นิวรณ์

ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า จิตดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย ก็ด้วยอำนาจนิวรณ์ ซึ่งเป็นเครื่องกั้นดังกล่าวแล้ว คือกั้นไว้

ไม่ให้จิตได้สมาธิ ไม่ให้ได้ปัญญา นิวรณ์จึงเป็นเหตุสำคัญที่ทำให้จิตไม่เป็นสมาธิและไม่ได้ปัญญา การที่ทำสมาธิไม่สำเร็จเป็นสมาธิ ก็เพราะข่มนิวรณ์ไม่ลง ถ้าข่มนิวรณ์ลงได้จิตก็เป็นสมาธิได้ นิวรณ์จึงเป็นเหตุสำคัญอันจำเป็นที่จะต้องข่มให้สงบ นิวรณ์มี ๕ คือ

หนึ่ง **กามฉันท์** ความพอใจรักใคร่ในกาม คือ **กามคุณารมณ์** อารมณ์คือกามคุณ อันได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ สิ่งถูกต้องทางกาย ที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย คำว่า กามคุณารมณ์ นี้เป็นศัพท์ธัมมะ มาจากคำว่า กาม คำหนึ่ง คุณะ หรือ คุณ คำหนึ่ง อารมณ์ อีกคำหนึ่ง

คำว่า **กาม** นั้นแปลว่าความใคร่ อันหมายถึงความรักใคร่ปรารถนาพอใจ รวมทั้งความติดใจยินดีเพลิดเพลินทั้งหลาย กามมี ๒ อย่าง คือ **กิเลสกาม** กิเลสเป็นเหตุใคร่อย่างหนึ่ง **วัตถุกาม** วัตถุอันเป็นที่ตั้งของความรักใคร่ปรารถนาพอใจอีกอย่างหนึ่ง กิเลสกามนั้นก็ได้แก่ความรักใคร่ปรารถนาพอใจ ความเพลิดเพลินติดใจยินดี และหมายคลุมถึงกิเลสทั้งหลายในกองเดียวกันนี้ด้วย เช่น **ราคะ** ความติดใจยินดี **นันทิ** ความเพลิดเพลิน ตลอดจนถึง **โลภะ** ความโลภอยากได้ รวมเข้าในคำว่ากิเลสกามทั้งหมด วัตถุกาม วัตถุเป็นที่ตั้งแห่งความรักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย ก็ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ท่านมักแสดงไว้ ๕ ไม่แสดงธัมมะคือเรื่อง

ราวอันเป็นข้อที่ ๖ ไว้ด้วย แต่ว่าโดยอรรถคือเนื้อความ ก็มีธัมมะคือเรื่องราวทางใจเองที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหมดเป็นข้อที่ ๖ ด้วย เพราะต้องมีเป็นพื้นอยู่แล้วว่าเรืองทางใจเหล่านั้น โดยปกติก็เป็นเรืองของรูปบ้าง เสียงบ้าง กลิ่นบ้าง รสบ้าง โผฏฐัพพะบ้างนั้นเองโดยปกติ นี้คือคำว่า กาม

คำว่า **คุณ** นั้นตรงกันข้ามกับคำว่า **โทษ** ก็ได้ คือเป็นสิ่งที่ให้ความสุข เพราะว่ากามนั้นให้ความสุขเหมือนกัน ให้คุณเหมือนกันคือความสุข แต่ว่าให้คุณน้อย ให้โทษมากกวา แต่เพราะกามมีคุณคือให้ความสุข คนจึงยังติดอยู่ในกามสุข สุขในกาม ยากที่จะเห็นโทษในกาม แต่เห็นความสุขในกาม ติดอยู่ในความสุขในกาม ฉะนั้น จึงมีคุณของกามคือส่วนที่ให้ความสุขของกามนี้ หรือเรียกว่า **กามสุข** มาเป็นอารมณ์คือเรื่องของใจ

อารมณ์ คือเรื่อง เรื่องที่จิตคิด เรื่องที่จิตดำริ เรื่องที่จิตหมกมุ่นถึง เรียกว่า อารมณ์

จิตของสามัญชนทั่วไปที่เรียกว่าเป็น **กามาพจร** เที่ยวไปในกาม จึงมักมีกามคุณหรือกามสุขนี้ผูกอยู่ ทำให้คิดถึง ทำให้ดำริถึง ทำให้หมกมุ่นถึงอยู่เป็นประจำ เพราะฉะนั้น จึงมีกามคุณารมณ์ดังกล่าวนี้เป็นอาลัย คือเป็นที่อาศัยติดอยู่ เหมือนอย่างปลาที่มีน้ำเป็นอาลัย คือเป็นที่อาศัยติดอยู่

อันปลานั้นเมื่อยกขึ้นจากน้ำมาวางอยู่บนบก ย่อมจะดิ้นเพื่อที่จะลงน้ำ จิตก็เหมือนกัน เมื่อยกจิตนี้ขึ้นมาวางไว้ในอารมณ์ของกรรมฐาน ดังของสมถกรรมฐานข้อใดข้อหนึ่ง จิตจึงดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย ไม่ยอมอยู่ในอารมณ์ของกรรมฐาน กลับไปอยู่กับกามคุณารมณ์เป็นนิตย์ นี้คือลักษณะของจิตสามัญชน กามฉันท์ก็คือความพอใจรักใคร่อยู่ในกามคุณารมณ์คือในวัตถุอันเป็นที่ตั้งของกาม ความใคร่รักใคร่ปรารถนาพอใจ จะแปลกามฉันท์ว่าความพอใจรักใคร่ในวัตถุกามด้วยอำนาจของกิเลสกามก็ได้ กามฉันท์นี้ย่อมมีอยู่เป็นปกติของจิตใจของสามัญชน

ข้อ ๒ **พยาบาท** ความมุ่งร้ายหมายล้างผลาญ แต่ก็หมายรวมจนถึง **โทสะ** ความโกรธที่เป็นเครื่องประทุษร้ายจิตใจของตนเองให้เดือดร้อน **ปฏิฆะ** ความกระทบกระทั่งต่าง ๆ ทางจิตใจ เพราะว่ากิเลสกองนี้มีปฏิฆะคือความกระทบกระทั่งทางจิตใจ นี่เป็นมูลเบื้องต้น แรงขึ้นจึงเป็น **โกธะ** ความโกรธขัดเคือง เป็น **โทสะ** ความประทุษร้ายจิตใจตัวเอง แล้วจึงเป็น **พยาบาท** ความคิดประทุษร้ายผู้อื่นอยู่ในกองโทสะนี้ทั้งหมด

ข้อ ๓ **ถีนมิทธะ** ความง่วงงุนเคลิบเคลิ้ม เป็นความท้อแท้ทางกายทางใจ อันสืบเนื่องมาจากความง่วงงุนเคลิบเคลิ้ม ความเบื่อหน่ายต่าง ๆ ทำให้กายใจไม่มีกำลังที่จะ

ประกอบกิจการต่าง ๆ ได้

ข้อ ๔ **อุทธัจจกุกกุจจะ** ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ คือจิตใจนี้ฟุ้งซ่านไปในเรื่องรูปบ้าง เรื่องเสียงบ้าง เรื่องกลิ่นบ้าง เรื่องรสบ้าง เรื่องโผฏฐัพพะบ้าง หรือในเรื่องนั้นเรื่องนี้ต่าง ๆ บ้าง และความรำคาญใจต่าง ๆ เพราะมีความรู้สึกคับแคบหรือคับแค้นต่าง ๆ ใจไม่สงบ

ข้อ ๕ **วิจิกิจฉา** ความเคลือบแคลงสงสัย คือสงสัยไปในเรื่องของตนบ้าง ในเรื่องของของตนบ้าง ในเรื่องของผู้อื่นบ้าง ในเรืองของของผู้อื่นบ้าง ในอดีตบ้าง ในอนาคตบ้าง ในปัจจุบันบ้าง อันสืบเนื่องมาจากมีตัวเราของเราเป็นมูล เพราะเมื่อมีตัวเราของเรา ก็จะต้องมีความสงสัยไปต่าง ๆ ในเรื่องแหงตัวเราของเรา ตลอดจนในเรื่องของเขา นอกจากนี้ยังรวมถึงความเคลือบแคลงสงสัยไปต่าง ๆ ในพระพุทธเจ้าบ้าง ในพระธรรมบ้าง ในพระสงฆ์บ้าง ในสิกขาหรือในการศึกษาบ้าง รวมความเคลือบแคลงสงสัยทุก ๆ อย่าง ที่ทำจิตใจมิให้บังเกิดความเชื่อตั้งมั่นลงได้ ทำให้จิตใจไม่สงบ เหล่านี้รวมเป็นวิจิกิจฉาทั้งหมด

ทั้ง ๕ ข้อนี้เป็นนิวรณ์ ที่แปลว่ากิเลสเป็นเครื่องกั้นจิต เป็น **ปริยุฏฐานกิเลส** กิเลสที่ปล้นจิต กลุ้มรุมจิตใจ มีอยู่เป็นประจำ



กรรมฐานสำหรับแก้นิวรณ์

นิวรณ์ ๕ เป็นกิเลสที่บังเกิดขึ้นกลุ้มรุมจิตใจอยู่เสมอ ทำจิตใจให้ดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย รักษายากห้ามยาก และจิตของสามัญชนที่เรียกว่าเป็น "กามาวจร" คือท่องเที่ยวไปในกาม ก็คือเป็นไปตามกามฉันท์ข้อแรกและข้ออื่น ๆ นั้นเอง การทำกรรมฐานอันเรียกว่า สมถกรรมฐาน กรรมฐานที่เป็นอุบายสงบใจ ทำใจให้เป็นสมาธิคือตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว ทำใจให้สงบอันเรียกว่าสมถะหรือสมถกรรมฐานนั้น ก็คือทำใจให้สงบจากกามฉันท์นิวรณ์เป็นต้นนั้นเอง แต่เพราะเหตุที่จิตของสามัญชนยังผูกพันอยู่กับกาม มีกามเป็น **อาลัย** เป็นที่อาศัย เหมือนอย่างปลามีน้ำเป็นที่อาศัย คือปลามีน้ำเป็นอาลัยที่อาศัย จิตนี้ก็มีกามเป็นอาลัยคือเป็นที่อาศัย เพราะฉะนั้น เมื่อยกขึ้นมาตั้งไว้ในกรรมฐาน คือสมถกรรมฐานข้อใดข้อหนึ่งจึงตั้งอยู่ยาก มักจะดิ้นรนไปสู่กาม เป็น **กามคุณารมณ์** มีกามเป็นอารมณ์อยู่เสมอ แต่ว่าเมื่ออาศัยการปฏิบัติอยู่ในสมถกรรมฐานที่ถูกกับจริตของตน คือ เหมาะแก่กิเลสที่บังเกิดขึ้นแก่จิตใจของตน ที่มีอยู่เป็นประจำอยู่ในจิตใจของตน อบรมในกรรมฐาน อบรมบ่อย ๆ กระทำให้มากก็อาจรักษาจิตนี้ให้ตั้งอยู่ได้ ในอารมณ์ของกรรมฐานแทนกามคุณารมณ์

เพราะฉะนั้น จิตของตนนี้จึงสามารถห้ามได้ รักษาได้ แม้จะยาก แต่เมื่อตั้งใจทำ ทำอยู่บ่อย ๆ ทำให้มาก จิตนี้ก็สามารถน้อมมาในกรรมฐานได้ เพราะจิตนี้เป็นธรรมชาติที่น้อมมาได้ น้อมไปได้ แต่ว่าควรจะต้องได้กรรมฐานที่เหมาะแก่กิเลสที่บังเกิดขึ้นหรือที่มีอยู่เป็นประจำ พระอาจารย์ได้แสดงสมถกรรมฐานที่เหมาะแก่นิวรณ์ทั้ง ๕ อันหมายความว่าที่สามารถจะแก้นิวรณ์ทั้ง ๕ ได้ไว้ เหมือนอย่างว่าหมอที่รักษาผู้ป่วยไข้ให้หายโรค ให้ยาที่เหมาะแก่โรค คือที่สามารถจะแก้โรคได้ ทำโรคให้หายได้ เมื่อได้ยาที่เหมาะแก่โรคดังนี้ โรคก็หายได้ บรรเทาไปได้ ฉะนั้น จะได้แสดงกรรมฐานอันเป็นส่วนสมถกรรมฐานสำหรับแก้นิวรณ์ทั้ง ๕ นี้

กามฉันท์ ข้อแรกเมื่อเกิดขึ้น ให้ทำกรรมฐานข้อ **กายคตาสติ** คือสติที่ไปในกาย คือกายที่มีชีวิตอยู่นี้ โดยพิจารณาโดยนัยะที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงว่า *"กายนี้แล เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดโดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ คือ เกศา ผม โลมา ขน นขา เล็บ ทันตา ฟัน ตโจ หนัง มังสัง เนื้อ นหารู เอ็น อัฏฐิ กระดูก อัฏฐิมิญชัง เยื่อในกระดูก วักกัง ไต หทยัง หัวใจ ยกนัง ตับ กิโลมกัง พังผืด ปิหกัง ม้าม ปัปผาสัง ปอด อันตัง ไส้ใหญ่ อันตคุนัง สายรัดไส้หรือไส้เล็ก อุทริยัง อาหารใหม่ กรีสัง อาหารเก่า ปิตตัง น้ำดี เสมหัง น้ำเสลด*

ปุพโพ น้ำหนอง โลหิตัง น้ำเลือด เสโท น้ำเหงื่อ เมโท มันข้น อัสสุ น้ำตา วสา มันเหลว เขโฬ น้ำลาย สิงฆานิกา น้ำมูก ลสิกา ไขข้อ มุตตัง มูตร และเติม มัตถเกมัตถลุงคัง ขมองใน ขมองศีรษะเข้าอีก ๑ ก็เป็นอาการ ๓๒" ดังที่ได้เรียกกันว่า อาการ ๓๒

หรือว่าพิจารณา **อสุภะ** คือซากศพซึ่งเป็นอสุภ คือ เป็นของไม่งดงามปรากฏ คือพิจารณาศพที่ขึ้นพอง พิจารณาศพที่มีสีเขียวน่าเกลียด พิจารณาศพที่มีน้ำเหลืองน้ำหนองไหล พิจารณาศพที่เป็นช่องเล็กช่องใหญ่ พิจารณาศพที่ถูกกัดกิน พิจารณาศพที่ขาดเป็นท่อน พิจารณาศพที่ถูกตัดเป็นท่อน พิจารณาศพที่มีโลหิตไหล พิจารณาศพที่มีหนอนน่าเกลียด และพิจารณากระดูก ก็เป็นอสุภะ ๑๐ ประการ

การพิจารณากายนี้ว่ามีอาการ ๓๑ หรือเติมมัตถเก-มัตถลุงคัง ขมองในขมองศีรษะ เป็นอาการ ๓๒ ก็ดี การพิจารณาซากศพที่เป็นอสุภะ ที่เป็นของไม่งดงามต่าง ๆ ดังที่แสดงไว้นี้ก็ดี เป็นเครื่องแก้กามฉันท์คือความพอใจรักใคร่ในกาม ซึ่งโดยมากก็บังเกิดขึ้นที่กายอันนี้ อันเป็นกายตนบ้าง เป็นกายของผู้อื่นบ้าง จึงมาพิจารณาถึงความปฏิกูลไม่สะอาดของกายนี้บ้าง ที่มีอยู่เป็นธรรมชาติธรรมดา ซึ่งจำแนกออกไปเป็นอาการ ๓๑ หรือ ๓๒ ดังกล่าว หรือว่าพิจารณาแค่

ที่ตามองเห็น อันเรียกว่า **ตจปัญจกกรรมฐาน** กรรมฐาน ๕ ข้อ มีหนังเป็นที่สุด คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ดังที่สอนนาคนั้นก็ได้ นี้เป็นส่วนพิจารณากายที่ยังมีชีวิต หรือว่าพิจารณากายที่สิ้นชีวิตแล้วเป็นศพ เป็นอสุภะคือไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ เพราะว่ากายอันนี้ในเวลานี้แม้จะมีชีวิตอยู่ แต่เมื่อสิ้นชีวิตแล้วก็ต้องเป็นศพ เป็นอสุภะ ไม่สะอาด ดังที่ยกขึ้นมาเป็นข้อ ๆ นั้น และในที่สุดก็จะถูกเผาหรือถูกฝัง เน่าเปื่อยไปหมดในที่สุด ไม่มีอะไรเหลืออยู่

การพิจารณาดังนี้ก็จะเป็นอุบายวิธีสำหรับแก้กามฉันท์ได้ บางทีอาจจะเห็นว่าเป็นการบังคับจิตใจให้พิจารณาฝืนความรู้สึกที่เป็นสามัญสำนึก หรือฝืนปกติธรรมดา แต่อันที่จริงนั้น สามัญสำนึกบางอย่างที่เป็นส่วนกิเลสก็ควรจะต้องแก้ โดยเฉพาะเมื่อเข้ามาบวช ออกจากเรือนมาเป็นผู้ไม่มีเรือน เว้นจากกามทั้งหลายอย่างชาวบ้าน ก็จำเป็นที่จะต้องรักษาจิตของตนจากสามัญสำนึกของชาวบ้าน มาให้เป็นสามัญสำนึกของบรรพชิตคือผู้บวช หรือแม้ชาวบ้านเองแม้จะมีสามัญสำนึกอยู่ในกาม ก็ต้องให้อยู่ในขอบเขต เช่นจำเพาะในคู่ครองของตน จะปล่อยให้เป็นไปนอกขอบเขตก็ย่อมทำให้เดือดร้อนไม่เป็นสุข และจะทำให้รู้สึกว่าไม่เพียงพอ ทุกอย่างนั้นต้องมีขอบเขตจำกัดอันสมควร ต้องรู้จักเพียงพออันเรียกว่า **สันโดษ** ฉะนั้น หากจะมีสามัญสำนึกในทาง

กามอยู่ในขอบเขตของผู้ครองเรือน ก็เป็นไปตามขอบเขตนั้น แต่อย่าให้นอกขอบเขตหรืออย่าให้ไม่รู้จักพอ ต้องรู้จักพอ รู้จักขอบเขต

และก็เป็นสิ่งที่ไม่ผิดธรรมดา คือธรรมดานั้นร่างกายอันนี้เป็นสิ่งปฏิกูลไม่สะอาด แต่เพราะอาศัยการรักษา อาบน้ำ ประดับตบแต่งต่าง ๆ ให้สะอาด จึงดูสะอาดและดูงดงาม แต่ว่าความไม่สะอาด ไม่งดงามนั้นก็ย่อมปรากฏอยู่เสมอ ต้องปฏิบัติรักษากันอยู่เสมอ ต้องตบแต่งกันอยู่เสมอ จึงไม่สามารถที่จะทำให้สะอาดและให้งดงามจริง ๆ ได้ เพราะธรรมดานั้นเป็นสิ่งไม่สะอาด และเป็นสิ่งไม่งดงามดังกล่าวนั้น อันเป็นธรรมดาของรางกาย และร่างกายนี้เมื่อล่วงวัยอันหมดจดงดงามเบื้องต้นไปแล้ว ก็ย่อมจะทรุดโทรมด้วยความชราคือความแก่ลง ความไม่งดงามของร่างกายก็ปรากฏโดยลำดับมากขึ้น จะแต่งสักเท่าไหร่ ก็แต่งให้งดงามเหมือนอย่างเมื่อเป็นหนุ่มเป็นสาวไม่ได้ ก็เป็นธรรมดาของร่างกาย เพราะฉะนั้น ก็หัดพิจารณาให้รู้จักธรรมดาตามเป็นจริง เมื่อร่างกายนี้เป็นศพ ความไม่งดงามก็ยิ่งปรากฏเต็มที่ดังที่กล่าวแล้ว ตั้งต้นแต่ขึ้นพอง มีสีเขียวน่าเกลียดเป็นต้น ไปจนเป็นกระดูกที่ผุกร่อนไปหมดในที่สุด เพราะฉะนั้น การพิจารณาดังนี้ซึ่งเป็นกายคตาสติก็ดี หรือเป็นอสุภกรรมฐานก็ดี จึงเป็นเครื่องแก้กามฉันท์คือความพอใจรักใคร่ในกาม

ข้อที่ ๒ *เมตตาเป็นเครื่องแก้พยาบาท* เมตตานั้นก็คือความรักใคร่ปรารถนาให้เป็นสุข การแผ่เมตตานั้นก็แผ่ไปด้วยจิตนี้เอง คิดแผ่ออกไปโดยเจาะจงที่เรียกว่า **โอทิสผรณา** และโดยไม่เจาะจงที่เรียกว่า **อโนทิสผรณา** โดยเจาะจงนั้น ก็คือแผ่ไปในคนนั้นคนนี้ที่ตนปรารถนาจะแผ่เมตตาจิตไปให้

โดยไม่เจาะจงนั้น ก็คือแผ่ไปในสรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้า การแผ่ไปทั้ง ๒ วิธีนี้มีนัยะอย่างเดียวกัน คือพิจารณาว่า "จงเป็นสุข จงอยู่เป็นสุข จงบรรลุถึงความสุข จงไม่มีโรค จงไม่มีทุกข์กายทุกข์ใจ จงไม่มีความเบียดเบียน จงมีสุขรักษาตน" ซึ่งท่านผูกไว้เป็นคำบาลีว่า **สุขิตา โหนฺตุ** *จงมีสุข มีสุขเถิด* **อโรคา โหนฺตุ** *จงไม่มีโรคเถิด* **อนีฆา โหนฺตุ** *จงไม่มีทุกข์กายทุกข์ใจเถิด* **อพฺยาปชฺฌา โหนฺตุ** *จงไม่เบียดเบียนกันเถิด จงไม่มีความเบียดเบียนเถิด* **สุขี อตฺตานํ ปริหรนฺตุ** *จงเป็นผู้มีสุขรักษาตนเถิด* ดังที่เราสวดกันอยู่ใน **พรหมวิหารทั้ง ๔**

ท่านได้แสดงโอทิสผรณา การแผ่ไปโดยเจาะจงไว้ว่า **สพฺพา อิตฺถิโย** *สตรีทั้งปวง* **สพฺเพ ปุริสา** *บุรุษทั้งปวง* **สพฺเพ อริยา** *ท่านผู้เป็นอริยะทั้งปวง* **สพฺเพ อนริยา** *ท่านผู้มิใช่เป็นอริยะทั้งปวง* **สพฺเพ เทวา** *เทพทั้งปวง* **สพฺเพ มนุสฺสา** *มนุษย์ทั้งปวง* **สพฺเพ วินิปาติกา** *สัตว์ทั้งหลายที่เกิดในภพชาติที่ตกต่ำทั้งปวง* **สุขิตา โหนฺตุ** *จงเป็นผู้มีสุขเถิด* นี้โดยเจาะจง

ส่วนโดยไม่เจาะจงนั้น ก็คือแผ่ไปว่า **สพฺเพ สตฺตา** *สัตว์ทั้งปวง* **สพฺเพ ปาณา** *สิ่งมีชีวิตทั้งปวง* **สพฺเพ ภูตา** *สิ่งที่เป็นแล้วทั้งปวง* **สพฺเพ ปุคฺคลา** *บุคคลทั้งปวง* **สพฺเพ อตฺตภาวปริยาปนฺนา** *สรรพสัตว์ที่นับเนื่องเข้าในอัตภาพทั้งปวง* **สุขิตา โหนฺตุ** *จงเป็นผู้มีสุขเถิด*

และท่านสอนให้แผ่ไปใน ๑๐ ทิศ โดยนัยะอันเดียวกันนี้ คือ ในปุรถิมทิศ ทิศตะวันออก ในปัจฉิมทิศ ทิศตะวันตก ในอุตตรทิศ ทิศเหนือ ในทักษิณทิศ ทิศใต้ นี่เป็นทิศใหญ่ทั้ง ๔ และในทิศน้อยทั้ง ๔ คือ ทิศในระหว่างทิศใหญ่ทั้ง ๔ ในทิศตะวันออกเฉียงใต้ ในทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ในทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ในทิศตะวันตกเฉียงใต้ ในทิศเบื้องบน ในทิศเบื้องล่าง ก็รวมเป็น ๑๐ ทิศ

หัดแผ่เมตตาไปทั้งโดยเจาะจง ทั้งโดยไม่เจาะจงใน ๑๐ ทิศ ดังนี้เสมอ ๆ จะทำให้จิตผ่องพ้นจากพยาบาท แม้จะมีพยาบาทหรือมีความโกรธกระทบกระทั่งเกิดขึ้น ก็ดับได้ง่ายเพราะอำนาจของเมตตา จะทำให้จิตใจประกอบไปด้วยเมตตาทำให้มีความสุข

กรรมฐาน ๒ ข้อ คือ **อาโลกสัญญา** กับ **พุทธานุสสติ** แก้ถีนมิทธะ ความง่วงงุนเคลิบเคลิ้ม อาโลกสัญญาคือการทำสัญญา ความกำหนดหมายว่าแสงสว่าง หรือเรียกว่า **ทิวา-สัญญา** ความกำหนดหมายว่ากลางวัน คือตั้งจิตกำหนดนึก

ถึงความสว่าง แสงสว่างขึ้นในจิตใจ เหมือนความสว่างในกลางวัน หรือความสว่างจากแสงไฟ กำหนดใจในความสว่างในแสงสว่างนั้น ใจก็จะสว่าง อีกอย่างหนึ่งก็คือ เห็นความสว่าง เห็นแสงสว่าง ทำให้จิตใจนี้หายความง่วงงุนเคลิบเคลิ้ม และหายความท้อแท้ ทำให้จิตใจมีพลังหรือกำลังในอันที่จะประกอบกระทำการงาน การทำให้จิตใจสว่างดังนี้ มีคำเปรียบว่า กลางคืนเหมือนกลางวัน กลางวันเหมือนกลางคืน เป็นข้อที่พึงปฏิบัติได้เรียกว่า อาโลกสัญญา หรือ ทิวาสัญญา

อีกข้อหนึ่ง พุทธานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าว่าพระพุทธเจ้าทรงประกอบด้วยพระคุณเป็นอันมาก ดังเช่น **นวหรคุณ** พระคุณของพระอรหันต์ ๙ ประการ ดังที่เราสวดกันว่า **อิติปิโส ภควา อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ** เป็นต้น หรือเมื่อย่อลงก็เป็น ๓ ประการ ดังที่เราสวดว่า **พุทฺโธ สุสุทฺโธ กรุณา มหณฺณโว พุทโธ** พระผู้ตรัสรู้ หมายถึงทรงประกอบด้วยพระปัญญาคุณ คุณคือความรู้จริง พระองค์ได้ตรัสรู้ในอริยสัจทั้ง ๔ ด้วยพระองค์เอง ดังที่แสดงไว้ในปฐมเทศนาคือเทศน์ครั้งแรกของพระองค์ **สุสุทฺโธ** พระผู้บริสุทธิ์จริง แสดงถึงพระบริสุทธิคุณ **กรุณามหณฺณโว** มีพระกรุณาดังห้วงทะเลหลวง แสดงถึงพระกรุณาคุณ พระคุณของพระพุทธเจ้าเมื่อย่อลงก็เป็น ๓ ข้อ คือ พระปัญญาคุณ พระวิสุทธิคุณ พระกรุณาคุณ ดังกล่าว เมื่อระลึกถึงย่อมเป็นเหตุทำให้จิต

ใจผ่องใส ด้วยความเลื่อมใสในพระคุณ เมื่อจิตใจเกิดความเลื่อมใส ผ่องใส ก็หายง่วงเหงาหรือง่วงงุนเคลิบเคลิ้ม ก็ทำให้ใจสว่างได้เหมือนกัน คือปลอดโปร่งด้วยความผ่องใส เลื่อมใส ทำให้จิตใจกระปรี้กระเปร่ามีพลังในอันที่จะบระกอบการงาน ฉะนั้น อาโลกสัญญา กับ พุทธานุสสติ นี้ จึงเป็นเครื่องแก้ถีนมิทธะ ความง่วงงุนเคลิบเคลิ้ม

อานาปานสติ สติระลึกถึงลมหายใจเข้าออก เป็นเครื่องแก้ **อุทธัจจกุกกุจจะ** ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ อานาปานสตินี้เป็นกรรมฐานข้อหนึ่งที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้ เป็นข้อต้นของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในพระสูตรใหญ่แห่งสติปัฏฐาน ดังที่ได้ตรัสสอนไว้ในพระสูตรนั้นว่า เข้าไปสู่ป่า เข้าไปสู่โคนไม้ เข้าไปสู่เรือนว่าง นั่งตั้งกายให้ตรง นั่งขัดสมาธิ หรือขัดสมาธิ หรือขัดบัลลังก์ ก็คือขัดสมาธินั่นเอง ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติจำเพาะหน้า หายใจเข้าก็ให้รู้ หายใจออกก็ให้รู้ และได้ตรัสสอนวิธีกำหนดลมหายใจเข้าออกไว้ดังนี้ว่า

"หายใจเข้ายาวก็ให้รู้ว่าเราหายใจเข้ายาว หายใจออกยาวก็ให้รู้ว่าเราหายใจออกยาว หายใจเข้าสั้นก็ให้รู้ว่าเราหายใจเข้าสั้น หายใจออกสั้นก็ให้รู้ว่าเราหายใจออกสั้น ศึกษาคือตั้งจิตสำเหนียกกำหนดว่าเราจักรู้กายทั้งหมดหายใจเข้า ศึกษาคือ

ตั้งจิตสำเหนียกกำหนดว่าเราจักรู้กายทั้งหมดหายใจออก ศึกษาคือตั้งจิตสำเหนียกกำหนดว่าเราจักระงับกายสังขาร เครื่องปรุงกาย หายใจเข้า ศึกษาคือตั้งจิตสำเหนียกกำหนดว่า เราจักระงับกายสังขาร เครื่องปรุงกาย หายใจออก'' ดังนี้

ใน ๒ ประการแรก หายใจเข้าออกยาวก็ให้รู้ว่าเราหายใจเข้าออกยาว หายใจเข้าออกสั้นก็ให้รู้ว่าเราหายใจเข้าออกสั้น พระอาจารย์ได้อธิบายวิธีปฏิบัติเอาไว้ ว่ายาวหรือสั้นนั้นเป็นการกำหนดระยะหรือช่วงของการหายใจ โดยตั้งเขตกำหนดเอาไว้ คือหายใจเข้าออกนั้น นับตั้งแต่จุดที่ลมหายใจกระทบเมื่อเข้า คือปลายจมูกหรือริมฝีปากเบื้องบนเป็นจุดที่ ๑ และเมื่อเข้านั้นก็จะผ่านอุระหรือทรวงอกเป็นจุดที่ ๒ ไปถึงนาภีคือท้องเป็นจุดที่ ๓ ที่กำหนดไว้ว่า ท้องจะพองขึ้น และเมื่อออกจากนั้นท้องก็จะเป็นจุดที่ ๑ คือจากท้องนั้นที่ยุบลงผ่านอุระเป็นจุดที่ ๒ จนถึงมาผ่านปลายจมูกหรือริมฝีปากเบื้องบนเป็นจุดที่ ๓ ระยะดังกล่าวนี้เป็นระยะของลมหายใจเข้าลมหายใจออกโดยปกติ ท่านกำหนดดังนี้ กำหนดตามจุดที่อาจจะกำหนดได้จากจุดที่ลมกระทบซึ่งเรารู้สึก และจุดนาภีที่พองหรือยุบซึ่งเรารู้สึก เพราะเมื่อรู้สึกจึงกำหนดได้ ไม่ได้กำหนดตามหลักสรีรวิทยา ที่แสดงว่าหายใจเข้าออกไปสู่ปอด แต่นี่กำหนดเพื่อตั้งจิตทำสมาธิ จึงกำหนดเป็น ๓ จุด ดังนี้

การกำหนดลมหายใจเข้าออกที่เป็นไปโดยปกติธรรมดา ดังที่เราหายใจเข้าออกอยู่โดยปกติดังนี้ เรียกว่า ยาวโดยปกติ ปล่อยให้หายใจเข้าออกไปตามปกติธรรมดา ไม่ต้องทำให้เร็วหรือไม่ต้องทำให้ช้า การหายใจเข้าออกโดยปกติดังนี้ เรียกกันอย่างไทย ๆ ว่าเป็นการหายใจทั่วท้อง ดังนี้คือยาว และเมื่อกำหนดให้รู้จุดดังนี้จนจิตรวมเข้ามา กายก็จะละเอียดเข้า จิตก็จะละเอียดเข้า การหายใจก็จะสั้นเข้ามาเอง อาการที่ท้องพองหรือยุบโดยปกตินั้นก็จะน้อยลง จนถึงท้องเหมือนไม่พองไม่ยุบ เหมือนหายใจเข้ามาเพียงแค่อุระคือทรวงอก ออกก็จากอุระคือทรวงอก และเมื่อกายและจิตละเอียดเข้าอีก ก็เหมือนหายใจเข้าหายใจออกอยู่แค่ริมฝีปากเบื้องบนคือปลายจมูก และเมื่อกายและจิตละเอียดเข้าอีก ก็เหมือนอย่างไม่หายใจ แต่ความจริงนั้นหายใจ แต่หายใจเข้าออกอย่างละเอียด อาการไม่ปรากฏ ดังนี้เป็นต้น เพราะฉะนั้น ยาวหรือสั้นนี้จึงเป็นความเป็นไปของลมหายใจดังกล่าว ไม่ปฏิบัติ การหายใจก็ทั่วท้องโดยปกติ ก็เป็นยาวโดยปกติ และเมื่อปฏิบัติกายและจิตละเอียดเข้า ก็จะสั้นเข้า ๆ ดังกล่าวนั้น เพราะฉะนั้น เมื่อเป็นไปยาวโดยปกติก็ให้รู้ว่ายาว เป็นไปสั้นก็ให้รู้ว่าสั้น ก็เป็นการเป็นไปสั้นตามปกติเหมือนกัน

มาถึงขั้นศึกษาสำเหนียกกำหนดว่ารู้กายทั้งหมด กายนั้นก็มี ๒ คือ **นามกาย ๑ รูปกาย ๑** รูปกายนั้นก็ได้แก่ **รูปขันธ์**

ของเรานี้เอง คือขันธ์ที่เป็นส่วนรูป เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ นี้เป็นกาย ทั้งหมด หรือว่ากล่าวโดยจำเพาะ พระอาจารย์ท่านก็มุ่งเอา ลมหายใจ คือลมหายใจเข้าลมหายใจออก ที่เป็นกายทั้งหมด นั้นเป็นส่วนรูปกาย เพราะฉะนั้น ก็หัดศึกษาสำเหนียกกำหนด ให้รู้กายทั้งหมดที่เป็นส่วนรูปกายนี้ หายใจเข้าหายใจออก คือตั้งตัวผู้รู้หรือความรู้ให้อยู่ที่กายอันนี้ ให้อยู่ที่กองลมนี้ ให้อยู่ที่กายทั้งหมดนี้ ไม่ออกไปข้างนอก ส่วนนามกายนั้นก็ได้แก่ เวทนา สัญญา เจตนา วิตก ความตรึกนึกคิดเป็นต้น ที่เป็นอาการของใจ ก็ให้รู้ใจของตัวเองด้วยว่า รู้เป็นสุขเป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์สุขอย่างไร กำลังกำหนดหมายอะไร จงใจอย่างไร ตรึกนึกคิดอะไรให้ใจรู้ใจอยู่เสมอ ดังนี้ก็เป็นการศึกษากำหนดให้รู้จักนามกาย เพราะฉะนั้น ก็ให้ศึกษาสำเหนียก กำหนดให้รู้จักรูปกายนามกายดังกล่าวนี้ไปในขณะเดียวกัน จิตก็จะได้รวมเข้ามาอยู่กับตัวความรู้นี้ ที่รูปกายที่นามกายอันนี้

ข้อสุดท้ายที่ให้ศึกษาสำเหนียกกำหนดว่า เราจักศึกษาสำเหนียกกำหนดว่า เราจักสงบรำงับกายสังขาร เครื่องปรุงกาย หายใจเข้าหายใจออก เครื่องปรุงกายนี้ก็คือลมหายใจนั้นเอง ลมหายใจเข้าลมหายใจออกเป็นกายสังขารเครื่องปรุงกาย ปรุงคือบำรุงรักษาชีวิตของร่างกายนี้ให้ดำรงอยู่ คนเรา

ต้องหายใจเข้าออกอยู่ ร่างกายอันนี้จึงดำรงชีวิตอยู่ได้ การศึกษาสำเหนียกกำหนดระงับกายสังขารนั้นก็หมายความว่า ไม่ทำลมหายใจเข้าออกให้แรง เช่น หายใจฮืดฮาด แต่ว่าให้สงบโดยปกติ ไม่ใช่ผิดปกติเช่นกลั้นใจ ให้หายใจเป็นปกติ และเมื่อกายละเอียดจิตละเอียด ลมหายใจก็ละเอียดขึ้นเอง ดังที่กล่าวมาในข้อต้น

อีกอันหนึ่งก็คือว่า ระงับตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากของใจต่าง ๆ แม้ในลมหายใจเองหรือแม้ในการปฏิบัติ ไม่คิดเร่งการปฏิบัติให้ได้ผลเร็วด้วยการกระทำต่าง ๆ แต่ให้เป็นไปโดยปกติ รักษาแต่ตัวสติ ความระลึกได้ สัมปชัญญะ ความรู้ตัวในลมหายใจเท่านั้น ให้ตั้งมั่นอยู่กับลมหายใจโดยไม่ต้องไปคิดเร่งอะไร เป็นแต่เพียงรักษาสติ รักษาสัมปชัญญะ พร้อมทั้งญาณคือความหยั่งรู้ ให้ตั้งอยู่เท่านั้น เมื่อเป็นดังนี้ กายและจิตก็จะละเอียดเข้าเอง ลมหายใจก็จะละเอียดเข้าเอง สงบรำงับไปเองโดยการปฏิบัติ แต่ผู้ปฏิบัติจะต้องศึกษา คือคอยสำเหนียกกำหนดอยู่ตลอดเวลา ไม่ทิ้งการศึกษาสำเหนียกกำหนดดู แล้วก็จะได้อานาปานสติ สติกำหนดลมหายใจ ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้

และเพื่อช่วยในข้อนี้ พระอาจารย์จึงได้สอนวิธีช่วยประคับประคองจิตในครั้งแรก ในเมื่อจิตยังใหม่ต่ออานาปานสติ ยังไม่คุ้นยังควบคุมให้สงบได้ยาก ให้ใช้วิธีนับ คือหายใจเข้า

นับ ๑ หายใจออกนับ ๑ นับคู่ดังนี้ ไปถึง ๕—๕ แล้วกลับ ๑—๑ ถึง ๖—๖ แล้วกลับใหม่ ๑—๑ ถึง ๗—๗ แล้วกลับใหม่ ๑—๑ ถึง ๘—๘ แล้วกลับใหม่ ๑—๑ ถึง ๙—๙ แล้วกลับใหม่ ๑—๑ ถึง ๑๐—๑๐ แล้วก็กลับใหม่ถึง ๕—๕ เป็นต้น เป็นการนับคู่ จนจิตสงบ จึงเลิกนับคู่ มานับ ๑ หายใจเข้านับ ๑ หายใจออกนับ ๒ เป็นต้น แล้วเมื่อจิตสงบได้ที่แล้วก็หยุดนับ แต่เรื่องนับนี้ผู้ปฏิบัติก็ใช้เหมือนกัน แต่ใช้ต่าง ๆ กัน เช่น นับ ๑—๑ ถึง ๑๐—๑๐ เลย ไม่ขยักขย่อน แล้วกลับใหม่ ท่านแสดงว่า ถ้าน้อยกว่านี้ก็จะทำให้รู้สึกว่าสั้นไป ถ้ามากกว่านี้ก็จะทำให้มีกังวลในการนับมาก จึงเอาแค่นี้

อีกอย่างหนึ่งที่นิยมกันในตอนนี้มาก ก็หายใจเข้า **พุท** หายใจออก **โธ** ใช้ **พุทโธ** ประกอบ แต่เมื่อจิตเป็นสมาธิขึ้นก็จะสงบหรือหยุด การนับก็ดี หรือ พุทโธก็ดีเป็น **อุเบกขา** คือเข้าเพ่งเฉยอยู่ แต่ในขั้นที่ยังมีวิตกวิจาร ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์และประคองจิตไว้ในอารมณ์ ก็ใช้นับหรือใช้พุทโธ แต่ในขั้นที่สูงกว่าวิตกวิจาร คือละวิตกวิจารได้ ก็ละความกำหนดดังกล่าวนี้ได้ จิตก็เข้าในอุเบกขา ความวางเฉยอยู่ในลมหายใจเข้าออก

ธาตุกรรมฐาน เป็นเครื่องแก้วิจิกิจฉา คือความเคลือบแคลงสงสัย ธาตุกรรมฐาน คือ การพิจารณาแยกธาตุกายนี้ว่าประกอบขึ้นด้วยธาตุ ด้วยปฐวีธาตุ ธาตุดิน อาโปธาตุ

ธาตุน้ำ เตโชธาตุ ธาตุไฟ วาโยธาตุ ธาตุลม ไม่ใช่สัตว์บุคคล ตัวตนเราเขา ทำให้จิตใจสงบระงับจากความยึดมั่นถือมั่นกายอันนี้ว่าเป็นตัวเราเป็นของเรา ท่านแสดงกรรมฐานข้อนี้ว่าแก้วิจิกิจฉา ก็เพราะว่าวิจิกิจฉาคือความเคลือบแคลงสงสัยนั้น ส่วนใหญ่บังเกิดขึ้นจากตัวเราของเรา คือเมื่อมีตัวเรามีของเรา ก็ย่อมจะเกิดความเคลือบแคลงสงสัยในเรื่องของตัวเราของเราอยู่ต่าง ๆ นานา เพราะฉะนั้น เมื่อสงบความสำคัญหมายว่าตัวเราของเราเสียได้ ก็เป็นอันว่าระงับวิจิกิจฉา ความเคลือบแคลงสงสัยในเรื่องของตัวเราของเราเองได้

ยังมีอีกข้อหนึ่ง เป็นข้อประกอบทุกข้อคือ **โยนิโส-มนสิการ** ความกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย คือหมายความว่า ความฉลาดในการปฏิบัตินั้นเอง อันความฉลาดในการปฏิบัตินั้น ต้องอาศัยความพิจารณาคอยจับเหตุจับผลในอารมณ์ที่บังเกิดขึ้น ในเรื่องที่บังเกิดขึ้น ในเรื่องกรรมฐานที่กระทำก็ดี ในเรื่องของนิวรณ์ที่บังเกิดขึ้นก็ดี คอยจับเหตุจับผลให้ทัน เป็นความฉลาดในการพิจารณา รู้จักการปฏิบัติ รู้จักวิธีปฏิบัติ รู้จักผลที่ได้จากการปฏิบัติ และรู้จักเหตุที่จะให้เกิดผล ความรู้จักเหตุที่จะให้เกิดผลนี่แหละ เป็นตัวโยนิโสมนสิการ ที่ตามศัพท์ก็คือว่า ความทำไว้ในใจโดยเหตุเกิดผล คือคอยจับเหตุจับผล จับเหตุเกิดผล คือเมื่อมีผลขึ้นก็จับเหตุได้ ทั้งทางปฏิบัติ ทั้งทางนิวรณ์ทั้ง ๕ ต้องมีโยนิโสมนสิการข้อนี้

ประจำอยู่ในทุกข้อทั้ง ๕ ข้อคือ

ในข้อ ๑ กายคตาสติ อสุภกรรมฐาน แก้กามฉันท์ ก็ต้องมีโยนิโสมนสิการด้วย

เมตตาแก้พยาบาท ก็ต้องมีโยนิโสมนสิการด้วย

อาโลกสัญญา พุทธานุสสติ แก้ถีนมิทธะ ก็ต้องมีโยนิโส-มนสิการด้วย

อานาปานสติ แก้อุทธัจจกุกกุจจะ ก็ต้องมีโยนิโส-มนสิการด้วย

ธาตุกรรมฐาน แก้วิจิกิจฉา ก็ต้องมีโยนิโสมนสิการด้วย

และโดยเฉพาะข้อโยนิโสมนสิการนี้จะต้องใช้มากในการแก้ข้อวิจิกิจฉา เพราะเมื่อสงสัยขึ้นมา ก็ต้องพิจารณาโดยแยบคาย จับเหตุจับผล ว่าสงสัยเกิดขึ้นจากอะไร เพราะอะไร ก็จะต้องแก้ความสงสัยนั้นให้ถูกต้อง เหมือนอย่างจับได้ว่า เกิดขึ้นจากปัญหาที่มีตัวเราของเรา จึงมาแก้ด้วยธาตุกรรมฐาน จึงจับพิจารณาธาตุกรรมฐาน ปลงลงไปว่าไม่มีตัวเราของเรา สักแต่ว่าเป็นธาตุ ความสงสัยนั้นก็จะตกหล่นลงไปหายหมด จะไม่เกิดขึ้นเพราะเหตุนั้น แต่อาจจะมีความสงสัยอื่น ๆ ก็ต้องใช้โยนิโสมนสิการคอยแก้ให้ถูกต้อง ถูกเหตุถูกผล เมื่อเป็นดังนี้จึงแก้ได้



ปัญญาในพระพุทธศาสนา



ความหมายของปัญญา

ปัญญานั้น แปลวา ความรู้ทั่ว อันหมายความว่าความรู้ทั่วถึงเหตุและผล รู้เหตุถึงผล รู้ผลถึงเหตุ ตามสัจจะคือความจริง เมื่อมีความรู้ดังกล่าวในสิ่งใด ก็ชื่อว่ามีปัญญาในสิงนั้น แต่ถ้าเป็นความรู้หลง รู้ผิด คือไม่ใช่เป็นความรู้จริง ก็ไม่เรียกว่าปัญญา และมีคำเรียกรู้ถูกต้องว่า **สัมมัปปัญญา** ปัญญาชอบ ส่วนรู้ผิด รู้หลง เรียกว่า **มิจฉาปัญญา** หรือ **มิจฉัปปัญญา** ปัญญาผิด ก็แปลว่าเมื่อแยกเรียกดั่งนี้ ปัญญาก็เป็นคำกลาง ๆ แต่ต้องเป็นความรู้ถูกต้องจึงเป็นปัญญาหรือสัมมัปปัญญานั้นเอง จึงเป็นปัญญา ถ้าไม่ใช่สัมมัปปัญญา เป็นมิจฉัปปัญญา

ปัญญาผิด ก็ไม่เรียกว่าปัญญา แต่เป็นความรู้หลง รู้ผิด เพราะฉะนั้น เมื่อเรียกว่าปัญญาโดยทั่วไป จึงมุ่งถึงในทางดี อันหมายถึงว่ารู้ถูกต้อง ดั่งที่อธิบายไว้ข้างต้นว่า รู้ทั่วถึงเหตุผลตามสัจจะคือตามที่เป็นจริง

คำว่าตามที่เป็นจริงนั้น เรียกว่าตามสัจจะคือความจริงอย่างนั้นก็ได้ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า **ยถาภูตะ** ตามที่เป็นแล้ว ตามที่มีแล้ว คือว่ามีแล้วเป็นแล้วอย่างไร ก็รู้อย่างนั้น ไม่ใช่รู้ผิดไปจากที่มีแล้วที่เป็นแล้ว พูดกันสั้น ๆ ก็รู้ตามเป็นจริง ปัญญาดั่งกล่าวนี้เป็นสิกขา คือเป็นข้อที่พึงศึกษา อันหมายความว่าเรียนให้รู้จักว่าปัญญาที่เป็นตัวปัญญาดังกล่าวนั้นเป็นอย่างไร และก็ปฏิบัติให้ปัญญาดังกล่าวนี้มีขึ้นเป็นขึ้น



ปริยัติปัญญา ปฏิบัติปัญญา ปฏิเวธปัญญา

ความรู้ที่เกิดจากการเรียนต่าง ๆ เป็นศิลปวิทยาตลอดจนถึงเรียนพุทธศาสนาดังที่เรียนกันอยู่นี้ ใช้ตาใช้หูก็เป็นความรู้ขึ้นมา ดั่งนี้ก็เรียกกันว่าปัญญา เป็น **ปริยัติปัญญา** ปัญญาทางปริยัติคือการเรียน และคำว่าการเรียนนั้นจึงมีความหมายว่าฟัง แต่โบราณก็ใช้ฟัง ไม่มีตัวหนังสือ เมื่อมีตัวหนังสือขึ้นก็มีอาน ท่องบ่นจำทรง เพ่งด้วยใจอันหมายถึง

ว่าพินิจพิจารณา ขบเจาะด้วยทิฏฐิ ความเห็น คือทำความเข้าใจให้ถูกต้อง นี่เป็นปริยัติปัญญา ปัญญาทางปริยัติ

เมื่อเรียนรู้แล้วก็ปฏิบัติ ดังเช่นเมื่อเรียนรู้ศิลปวิทยาแล้วก็นำมาปฏิบัติ เหมือนอย่างเรียนการช่าง เรียนรู้แล้วก็มาประกอบสิ่งนั้น ๆ ที่เป็นเรื่องของช่าง เช่น สร้างสิ่งนั้น สร้างสิ่งนี้ สร้างตึกรามบ้านเรือน เป็นต้น และเมื่อเรียนทางพุทธศาสนา มีความรู้ทางปริยัติแล้ว ก็นำมาปฏิบัติทางกาย ทางวาจา ทางใจ เช่น เมื่อเรียนรู้จักศีล รู้จักสมาธิ รู้จักปัญญา ก็นำมาปฏิบัติให้เป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญาขึ้นที่ตนเอง ก็ได้ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัตินี้ขึ้นโดยลำดับ และโดยเฉพาะพุทธศาสนา ซึ่งคือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น ล้วนเป็นคำสั่งสอนที่ให้ละชั่ว ทำดี ให้ชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์ผ่องใส เป็นเครื่องขัดเกลากิเลส เครื่องเศร้าหมอง คือตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก กิเลสกองโลภกองโกรธกองหลง หรือกิเลสกองราคะโทสะโมหะให้หมดไปจากจิตใจ ก็ได้ปัญญาคือความรู้ในการปฏิบัติ อันเป็นเครื่องขัดเกลาดังกล่าวนี้ขึ้นไปโดยลำดับ ดั่งนี้ก็เป็น **ปฏิบัติปัญญา** ปัญญาอันเกิดจากการปฏิบัติ

เมื่อปฏิบัติไปจนถึงที่สุด อันหมายความว่าชำระจิตใจด้วยปัญญา ให้บริสุทธิ์หมดจดได้บางส่วนหรือสิ้นเชิง ที่เรียกว่าเป็นมรรค เป็นผล เป็นนิพพาน ตั้งแต่ชั้นต้น คือ **โสดา-**

ปัตติมรรค โสดาปัตติผล จนถึงชั้น **อรหัตตมรรค อรหัตตผล** อันเป็นชั้นสูงสุด กำจัดกิเลสได้หมดสิ้น ก็เรียกรวบยอดว่า **ปฏิเวธปัญญา** ปัญญาคือความรู้แจ้งแทงตลอด อันหมายความว่าเจาะแทงกิเลสที่หุ้มห่อจิตใจให้หลุดไปได้หมดสิ้นให้บรรลุถึงความบริสุทธิ์สิ้นเชิง

เพราะฉะนั้น ปัญญา จึงมี ๓ อันได้แก่ ปริยัติปัญญา ปฏิบัติปัญญา ปฏิเวธปัญญา



ความสำคัญของปัญญา

ปัญญานี้เป็นธรรมข้อสำคัญ แม้ในทางปฏิบัติ ก็มุ่งปฏิบัติให้เกิดปัญญาในธรรมเป็นข้อสำคัญ เช่น ในสิกขา ๓ ก็มี **ปัญญาสิกขา** เป็นข้อสูงสุด ในธุระ ๒ ก็มี **วิปัสสนาธุระ** เป็นข้อสูงสุด เพราะการปฏิบัติทุกอย่างถ้าขาดการปฏิบัติให้เกิดปัญญาก็เหมือนอย่างการเดินไปโดยไม่ลืมตาดู ไม่มีความรู้ความเห็นอะไรเกิดขึ้น

แต่ว่า คำว่า ปัญญา นี้ ได้มีความหมายที่ใช้กัน ทั้งในทางรู้ผิด ทั้งในทางรู้ถูก เมื่อเป็นความรู้ผิด เรียกว่า **มิจฉัปปัญญา** คือมิจฉาปัญญา รู้ผิด เมื่อเป็นความรู้ถูก เรียกว่า **สัมมาปัญญา** หรือ **สัมมัปปัญญา** ความรู้ถูกต้อง ทางพุทธ

ศาสนาต้องการให้ละมิจฉัปปัญญา แต่ปฏิบัติให้ได้สัมมัปปัญญา ปัญญาคือความรู้ถูกต้อง

ก็แหละความรู้นี้เป็นธรรมชาติของจิตของทุกคน เพราะทุกคนนั้นมีจิตซึ่งเป็น **วิญญาณธาตุ** คือ ธาตุรู้ คือย่อมรู้อะไร ๆ ได้ แต่ว่าธาตุรู้ของจิตนี้ เมื่อยังมีอวิชชาคือความไม่รู้อันหมายความว่าความไม่รู้จริงประกอบอยู่ ก็ทำให้จิตซึ่งเป็นธาตุรู้นี้เป็นความรู้ผิด เพราะฉะนั้น จิตซึ่งเป็นธาตุรู้อันประกอบด้วยอวิชชา และเมื่ออวิชชาแสดงออกมา จึงทำให้เป็นความรู้ผิด เป็นความรู้หลงอันเรียกว่า โมหะคือความหลง เพราะที่เรียกว่าโมหะคือความหลงนั้น ก็ต้องมีความรู้อยู่เหมือนกัน ไม่ใช่ไม่รู้ แต่ว่าเป็นความรู้ผิด รู้ที่ถือเอาผิด จึงเรียกว่าเป็นความหลง ก็คือเป็นความรู้หลงหรือความรู้ผิดนั่นเอง



ความรู้ทางอายตนะ

ความรู้ที่บุคคลและสัตว์ดิรัจฉานได้รับกันอยู่เหมือน ๆ กัน ก็คือความรู้ทางอายตนะ สำหรับคนนั้นมีอายตนะที่เป็นภายใน สำหรับตอให้จิตซึ่งเป็นธาตุรู้ออกมารู้อะไร ๆ ได้ ๖ ทาง จึงเรียกว่ามีทวารทั้ง ๖ อันได้แก่ **จักขุทวาร** ทวารตาคือทางตา **โสตทวาร** ทวารหูคือทางหู **ฆานทวาร** คือทางจมูก **ชิวหาทวาร** คือทางลิ้น **กายทวาร** คือทางกาย และ **มโนทวาร**

คือทางใจอันได้แก่มโน ซึ่งมโนทวารคือทางใจนี้ ในบัดนี้บางท่านได้มีความเห็นว่าได้แก่มันสมอง แต่ในทางพระพุทธศาสนานั้นได้แสดงไว้ในด้านของความรู้ซึ่งเป็นหลักการ และก็ยังนับว่าตั้งอยู่ในระหว่าง **รูป** และ **นาม** เพราะว่าเป็นสื่อสำคัญที่จะให้รูปนั้นได้เกิดเป็นความรู้ซึ่งเป็นนามธรรมขึ้นมา ถ้าไม่มีมโนเป็นสื่อกลางอยู่ รูปธรรมก็ไม่อาจก่อให้เกิดนามธรรมได้ ดังเช่น ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ทั้ง ๕ นี้เป็นรูปทั้งหมด ส่วนเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณซึ่งแสดงไว้ในขันธ์ ๕ นี่เป็นนาม



มโนเป็นตัวเชื่อมระหว่างรูปและนาม

คราวนี้รูปกับนามนี้จะมาต่อกันเข้าได้ สัมพันธ์กันได้ก็ด้วยมีมโนเป็นสื่อ สำหรับที่จะทำให้จิตซึ่งเป็นธาตุรู้ออกมาอาศัยมโน รับรู้เรื่องรูปทางตา เรื่องเสียงทางหู เรื่องกลิ่นทางจมูก เรื่องรสทางลิ้น เรื่องสิ่งถูกต้องทางกาย และเรื่องของเรื่องเหล่านี้ทางมโนคือใจเอง เพราะฉะนั้น จึงมีแสดงว่า ในการที่ตาจะมองเห็น หูจะได้ยิน และจมูกลิ้นกายจะได้ทราบ ก็ต้องมีมโนคือใจนี้เข้าไปประกอบอยู่ด้วย ในขณะที่เห็น ในขณะที่ได้ยิน ในขณะที่ได้ทราบนั้น หรืออีกอย่างหนึ่ง จะต้องเข้าไปประกอบด้วยจักขุประสาท โสตประสาท

ฆานประสาท ชิวหาประสาท และกายประสาท ซึ่งเป็นที่ ๕ นั้นด้วย จึงจะทำให้เกิดการมองเห็น เกิดการได้ยิน เกิดการได้ทราบ เป็นต้น ทางทวารทั้ง ๕ ข้างต้นนั้น และแม้ปราศจากทวารทั้ง ๕ นั้น ตัวมโนเองซึ่งเป็นข้อที่ ๖ นั้น ก็คิดรู้ถึงเรื่องอะไรต่ออะไร มีเรื่องรูปเป็นต้นที่ประสบพบผ่านมาแล้วได้ เช่นว่าเมื่อไปเห็นรูปอะไรมาเมื่อเช้านี้ มาบัดนี้ก็นึกถึงคิดถึงรูปที่เห็นเมื่อเช้านั้นได้โดยไม่ต้องอาศัยตาในปัจจุบัน ดังนี้เป็นวิสัยของมโนเอง



วิถีจิตใจเทียบกับระบบมันสมอง

การที่มีมโนต้องเข้าไปเกี่ยวข้องด้วยทุกทางดังนี้ ก็ไปตรงกับแผนที่ของมันสมอง ดังที่มีแสดงไว้ในพิพิธภัณฑ์กรรมฐานที่ตึก ภปร ดังที่มีแสดงไว้ว่า รูปที่ตาเห็นนั้นก็ไปกระทบประสาทตา แล้วก็ต้องเข้าไปกระทบประสาทอีกอันหนึ่งซึ่งเป็นมันสมองส่วนหนึ่ง จึงจะสำเร็จเป็นการเห็นได้ เสียงเป็นต้นก็เช่นเดียวกัน แปลว่าต้องมี ๒ อย่าง คือ จะต้องมีประสาทตาส่วนหนึ่ง และจะต้องมีประสาทที่เป็นมันสมองส่วนหนึ่ง สำหรับรับสิ่งที่เข้าไปทางประสาทตานั้น ต้องมี ๒ อย่าง และอันนี้แหละที่ท่านผู้ศึกษาธัมมะบางท่านเห็นว่า มโนเป็นมันสมอง ก็หมายถึงมันสมองส่วนนั้น แต่ว่าการจะเทียบ

กับอวัยวะร่างกายนั้น จะเทียบอะไรกับอะไรก็สุดแต่ผู้รู้จะเทียบกันไป แต่พุทธศาสนานั้นได้แสดงเอาสิ่งที่เป็นปรากฏการณ์ของจิตใจเป็นสำคัญ เมื่อปรากฏการณ์ทางจิตใจได้ปรากฏว่ามีมโนอีกอันหนึ่งมาประกอบอยู่ดั่งนี้ จึงได้แสดงเอาไว้ ก็เป็นอันว่าพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้เกี่ยวกับเรื่องวิถีจิตใจไว้อย่างถูกต้องและมาตรงกับระบบมันสมองในปัจจุบัน

วิถีจิตใจดังที่กล่าวมาถึงมโนนี้ ดังที่ยกมาเทียบนี้ ทุกคนก็สามารถที่จะพิสูจน์ได้ในบัดนี้ว่า ในเวลาที่ประสาท ๕ ข้างต้นปฏิบัติหน้าที่อยู่ จะต้องมีมโนเข้าไปประกอบด้วย จึงจะทำให้การปฏิบัติหน้าที่ของประสาทนั้นสำเร็จ เช่น ตา ก็สำเร็จเป็นการเห็นรูปดังที่กล่าวมาแล้ว ถ้าไม่มีมโนเข้าไปประกอบแล้ว ตาเห็นรูปจริง แต่ก็เหมือนกับไม่เห็นถ้าไม่มีมโนเข้าไปเกี่ยว เสียงที่พูดนี้ก็เหมือนกัน หูฟังคือประสาทหูกระทบเสียง แต่ว่าต้องมีมโนเข้าไปเกี่ยวด้วยจึงจะได้ยินเสียง ดังเช่นที่กำลังพูดอยู่นี้ ถ้ามโนคือใจของผู้ฟังไม่ตั้งใจฟังไปพร้อมกับหู คือส่งใจไปคิดถึงเรื่องอื่น เมื่อส่งใจไปคิดถึงเรื่องอื่นเมื่อใด หูก็ดับเมื่อนั้น คือฟังไม่ได้ยิน ต่อเมื่อส่งใจมาฟังพร้อมกับหูด้วยจึงจะได้ยินทุกถ้อยคำ ถ้ามโนคือใจของตนเองนั้นออกไปเมื่อใด หูก็ดับเมื่อนั้น ไม่ได้ยินเสียงที่พูดนี้ หากจะถามว่าการที่ไม่ได้ยินนั้น เป็นเพราะหูหนวกหรือไม่ ก็ตอบได้ว่าไม่ใช่เพราะหูหนวก ประสาทหูยังดี เสียงที่พูดอยู่นี้กับหูก็ยังกระทบ

กัน ประสาทหูนั้นรับเสียงได้ แต่เพราะมโนคือใจ คือไม่ได้ตั้งใจฟัง ใจไม่ฟังด้วย เพราะฉะนั้น หูก็ดับ ต้องมโนคือใจ คือตั้งใจฟังด้วย หูจึงจะใช้ได้คือได้ยินเสียงและทราบเรื่อง ทางตา ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายก็เช่นเดียวกัน ต้องมีมโนคือใจ คือต้องมีความตั้งใจเข้าไปประกอบอยู่ ในการดูอะไร ถ้าไม่มีใจเข้าไปประกอบอยู่ ตาแม้จะตาดีไม่บอด ก็เหมือนตาบอดไม่เห็น จมูกก็เหมือนกัน ลิ้นก็เหมือนกัน กายก็เหมือนกัน ต้องมีมโนคือใจเข้าไปประกอบด้วย เพราะฉะนั้น ตัวมโนนี้จึงเป็นตัวเชื่อมในระหว่างรูปและนาม ถ้าหากว่าไม่มีมโนเป็นตัวเชื่อมแล้ว รูปกับนามก็ต่อกันไม่ได้ คือรูปเองนั้นที่เป็นประสาทต่าง ๆ ก็ไม่สำเร็จประโยชน์คือใช้ไม่ได้ ต่อเมื่อมีมโนเข้าไปประกอบ ประสาทต่าง ๆ นั้นจึงใช้ได้ และก็ก่อให้เกิดนามธรรม เป็นเวทนา เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญาณ ในอารมณ์นั้น ๆ คือในเรื่องนั้น ๆ เพราะฉะนั้น จึงต้องมีมโนอยู่ดังนี้



ความรู้ทางอายตนะไม่ใช่ตัวปัญญา

และจิตซึ่งเป็นธาตุรู้นี้ ก็ออกรู้เรื่องต่าง ๆ เรื่องรูป เรื่องเสียง เรื่องกลิ่น เรื่องรส เรื่องโผฏฐัพพะคือสิ่งที่กายถูกต้อง อยู่โดยปกติ สัตว์ดิรัจฉานก็มีอายตนะ มนุษย์ก็มีอายตนะ

สัตว์ก็มองเห็นอะไรได้ ได้ยินอะไรได้ มนุษย์ก็มีตามีหูที่เห็นที่ได้ยินอะไรได้ และก็มีความรู้ทางอายตนะดังกล่าวนี้ด้วยกัน บางอย่างสัตว์มีความรู้ทางอายตนะยิ่งกว่าคนหรือดีกว่าคนในบางอย่าง ในบางอย่างคนก็มีอายตนะที่ให้รู้อะไรยิ่งกว่าสัตว์ดิรัจฉาน แต่ว่าความรู้ทางอายตนะดังที่กล่าวมานี้ เป็นความรู้ที่เป็นไปตามธรรมชาติธรรมดา ยังไม่เรียกว่าเป็นตัวปัญญา

มนุษย์นั้นเป็นสัตวโลกที่ได้รับนับถือว่ามีพื้นปัญญามาแต่กำเนิด เรียกว่า **สชาติปัญญา** ปัญญาที่เกิดมาพร้อมกับชาติ เพราะว่าความเกิดมาเป็นมนุษย์นี้ เกิดมาได้ด้วยอำนาจของกุศลกรรม กรรมที่เป็นกุศล คือเป็นกรรมที่กระทำด้วยความฉลาด กุศลแปลว่ากิจของคนฉลาด แต่ก็แปลอย่างอื่นได้อีก เพราะฉะนั้น เมื่อมีกุศลอันเป็นกิจของคนฉลาด ก็แปลว่าเป็นกรรมของคนมีปัญญานำให้เกิดมาเป็นมนุษย์ จึงได้มีปัญญาที่เป็นตัวความฉลาด อันสูงยิ่งกว่าความรู้ทางอายตนะนี้มาแต่กำเนิด เพราะฉะนั้น มนุษย์เราจึงมีปัญญาที่เป็นตัวความรู้ทั่วถึง ที่เป็นตัวความฉลาดติดมาแต่กำเนิด มีความรู้ถึงสัจจะคือความจริงของโลกในเรื่องต่าง ๆ และสามารถที่จะนำมาพัฒนาให้เกิดความเจริญขึ้นทั้งทางร่างกายทั้งทางจิตใจ ต่างจากสัตว์ดิรัจฉานเป็นอันมาก ที่ก็มีความรู้ทางอายตนะอยู่ด้วยกัน บางอย่างสัตว์มีความรู้ทางอายตนะดียิ่งกว่าคน สัตว์บางชนิดสามารถที่จะเห็นอะไรในกลางคืน

ในความมืดได้ดียิ่งกว่าคน สามารถที่จะได้มีสัมผัสทางกายอะไรได้ดียิ่งกว่าคนดั่งนี้เป็นต้น แต่ว่าทำไมสัตว์ดิรัจฉานจึงได้มีภาวะอยู่แค่นั้น ตั้งแต่ดึกดำบรรพ์มาอย่างไร เดี๋ยวนี้ก็เป็นอย่างนั้นไม่มีความเจริญขึ้นในทางร่างกายและในทางจิตใจแต่อย่างใด แต่ว่าคนเรานั้นมีความเจริญทางร่างกายและทางจิตใจขึ้นมากมาย ทั้งนี้ก็เพราะมีตัวปัญญาที่เป็นพื้นอยู่ และก็มาประกอบสั่งสมปัญญาที่เป็นความรู้เข้าถึงสัจจะที่เป็นตัวความจริงนี้ให้มากขึ้น ๆ พัฒนามาโดยลำดับ



ทางให้เกิดปัญญา

ความรู้ที่เป็นตัวปัญญาที่พัฒนามาโดยลำดับนี้ ก็อาศัยความรู้ทางอายตนะนี่แหละมาประกอบกระทำการปฏิบัติปลูกปัญญาต่าง ๆ ด้วยวิธีที่ทางพุทธศาสนาได้ย่อลงเป็น ๓ คือ

ทาง **สุตะ** คือการฟัง หมายรวมทั้งการอ่าน และหมายรวมทั้งการที่ทราบทางอายตนะอย่างอื่น อันการฟังนั้นได้ทางหู อ่านได้ทางตา การทราบนอกจากนี้ก็ได้ทางจมูกทางลิ้นทางกาย อาศัยทางทั้ง ๕ นี้เสริมความรู้ให้มากขึ้น แต่ว่าทางเสริมความรู้เหล่านี้ครั้งโบราณไม่มีตัวหนังสือ ก็ต้องอาศัย

หู อาศัยฟังทางหู.บ็นข้อสำคัญ จึงได้ยกเอาสุตะคือการสดับฟังขึ้นมาเป็นทางให้เกิดปัญญา และปัญญาที่ได้จากการฟังอันรวมทั้งการอ่าน และการทราบทางจมูกทางลิ้นทางกายเหล่านี้ ก็รวมเรียกวา **สุตมัยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากการสดับ

อาศัย **จินตา** คือความคิด คิดค้นพิจารณาจับเหตุจับผลที่ถูกต้อง เรียกว่า จินตา ก็เป็นทางให้เกิดปัญญา เรียกว่า **จินตามัยปัญญา** ปัญญาที่เกิดทางจินตา คือ ความคิดพินิจพิจารณา

และยังต้องอาศัยการประกอบกระทำ ทำให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น อันเรียกว่า **ภาวนา** ที่แปลว่า การกระทำให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น ได้แก่ภาคปฏิบัติ ปัญญาที่ได้ทางนี้เรียกว่า **ภาวนามัยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากภาวนา การปฏิบัติทำให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น

ทางพุทธศาสนาได้ตรัสแสดงปัญญาไว้ ๓ ทางดั่งนี้ แต่ก็พึงทราบว่า ทั้ง ๓ ทางเหล่านี้นั้น คือ ตัวสุตะ การสดับฟัง จินตา ตัวความคิดพินิจพิจารณา กับภาวนา การปฏิบัติอบรมให้มีขึ้นให้เป็นขึ้นนั้น เป็นทางให้เกิดปัญญา แต่ไม่ใช่ตัวปัญญา



ปัญญาที่แท้จริงคือรู้ทั่วถึงสัจจะ

ตัวปัญญาที่เป็นปัญญาที่แท้จริงนั้น จะต้องเป็นปัญญาที่รู้ทั่วถึงสัจจะคือความจริง ตามเหตุและผล หรือรู้ทั่วถึงเหตุผลตามความเป็นจริง คือว่าปัญญาต้องรวมกับสัจจะคือความจริง เป็นความรู้จริง รู้จริง รู้ถูกต้อง จับเหตุจับผลได้จริงได้ถูกต้อง ในสิ่งอันใด สิ่งอันนั้นเป็นปัญญา เพราะฉะนั้น ปัญญากับสัจจะจึงต้องประกอบกันเป็นความรู้ทั่วถึงจริงหรือเป็นความรู้จริง จึงจะเป็นตัวปัญญา

ความรู้ทางอายตนะนั้น เหมือนดังที่สัตว์ดิรัจฉานมีอยู่และที่คนก็มีอยู่ด้วยกันนั้น เป็นความรู้ที่ยังไม่ให้ความจริงโดยแท้จริง แต่เป็นทางให้เกิดปัญญาที่เป็นความรู้จริงได้ เช่นว่า เมื่อมองดูด้วยตาไปตามถนน คือเมื่อยืนกลางถนนและเมื่อมองดูไปสุดตา จะเห็นว่าถนนนั้นเล็กเข้ามาทุกที จนถึง ๒ ข้างถนนนั้นรวมเข้ามาเป็นเส้นเดียว เมื่อเรามองสิ่งที่ห่างออกไปจากสายตา จะเห็นว่าเล็กเข้าทุกที เช่นว่าเห็นดวงจันทร์ดวงอาทิตย์เป็นวงกลม เล็กไม่โตนัก เห็นดวงดาวที่มีอยู่บนท้องฟ้ายิ่งเล็กเข้าไปอีก เพราะเหตุว่ามีขอบเขตของตาและหู เช่น ตาก็ดูได้เห็นชัดเจน และก็เห็นใกล้เคียงกับความเป็นจริงในรูปร่างสัณฐานในเมื่ออยู่ใกล้ แต่เมื่อไกลออกไปแล้วจะเห็นไม่ชัด และสิ่งที่ใหญ่ก็จะเห็นเล็กเข้า ๆ จน

เห็นเล็กที่สุด แต่ความจริงนั้นถนนไม่ได้เล็กเข้าอย่างนั้น ถนนก็ยังคงเป็นถนนอยู่ตามเดิมนั่นแหละ แต่ตาคนเห็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้น จึงเชื่อตาไม่ได้ เมื่อตาเห็นอย่างนั้น จะบอกว่าถนนนี้สายนี้ตรงที่ยืนอยู่นั้นโต แต่ว่าข้างหน้านั้นเล็กเข้า ๆ ทุกที จะไปเชื่อตาอย่างนี้ไม่ได้ หูก็เหมือนกัน จะไปเชื่อหูก็ไม่ได้ ยิ่งไปมีความยึดถือ มีสมมติมีบัญญัติเข้ามาอีก ก็ยิ่งทำให้เกิดความเข้าใจผิดในเรื่องเสียงอีกเป็นอันมาก ดังคนเราได้ยินเสียงลมพัด ก็ไม่รู้สึกว่าอะไร เป็นลมพัดอู้ อู้ อู้มา แต่ว่าถ้าได้ยินเสียงคนพูด ถ้าเป็นเจ๊กพูด หรือว่าฝรั่งพูดที่เราไม่รู้ภาษาของเขา เราก็ไม่รู้อะไร ก็เฉย ๆ แต่ว่าถ้าได้ฟังคนไทยพูดที่รู้ภาษากัน หรือคนพูดภาษาอื่นที่รู้ภาษากันแล้ว ก็รู้ว่าเขาพูดนินทาบ้าง เขาพูดสรรเสริญบ้าง เขาพูดเรื่องนั้นบ้าง เรื่องนี้บ้าง ใจก็เลยไปยึดถือในเสียงซึ่งปรากฏออกมาเป็นภาษา แล้วก็มีสมมติมีบัญญัติเป็นโน่นเป็นนี่อะไรต่าง ๆ ตามที่โลกได้บัญญัติกันขึ้น จึงได้มีความเข้าใจผิดในเสียง ว่าเป็นสรรเสริญบ้าง ว่าเป็นนินทาบ้าง ความยึดถือในเสียงนั้นว่าเป็นอย่างนั้น ก็เขายึดถือกันอย่างนั้น ก็ต้องยึดถือไปตามกัน แต่ว่าเมื่อไปยึดถือเป็นจริง ก็ทำให้เกิดความสบายใจบ้างไม่สบายใจบ้าง เพราะว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นสิ่งสมมติบัญญัติกันขึ้น ก็ไม่ต่างอะไรกับเสียงลมที่พัดอู้ ๆ มาที่ฟังแล้วก็ไม่รู้ว่าเป็นอะไร ก็ไม่เป็นอะไร

ปัญญาในอริยสัจเป็นปัญญาสูงสุด

นอกจากนี้ยังมีอื่น ๆ อีกมาก ตลอดจนถึงความคิดทางใจที่เกิดขึ้นจากการที่ได้เห็นได้ยินนั้น ก็เป็นไปต่าง ๆ ซึ่งก็ถูกบ้างไม่ถูกบ้าง หรือว่าผิดมากถูกน้อยอะไรเหล่านี้เป็นต้น ก็ขาดปัญญาที่เป็นความรู้จริงดังทีกล่าวนี้นั้นเอง เพราะฉะนั้นคนเราจึงได้มีความฉลาดที่รู้จักใช้ความรู้ทางตาทางหูนี้เอง มาพัฒนาขึ้นให้เป็นความรู้ที่เข้าถึงความจริงขึ้นได้โดยลำดับ คือรู้จักว่าอำนาจของตาของหูเป็นต้นนี้มีขอบเขตอย่างไร และสิ่งที่ตาเห็นนั้นเช่นว่าเห็นถนนตรงที่ยืนอยู่ใหญ่ข้างหน้าเล็กเห็นดวงเดือนดวงตะวันเล็ก ดาวยิ่งเล็กขึ้นไปอีกนั้น ความจริงนั้นไม่ใช่อย่างนั้น ดวงอาทิตย์นักวิทยาศาสตร์บัดนี้ก็พบว่าใหญ่ยิ่งกว่าโลก ดวงดาวต่าง ๆ ก็ต่างวาเป็นดวงอาทิตย์บ้าง เป็นดาวบริวารต่าง ๆ บ้างเป็นต้น ซึ่งล้วนแตใหญ่โตทั้งนั้น ไม่ใช่เล็กอย่างนั้น นี่อาศัยความรู้ที่เกิดจากจินตา เอาการดูการเห็นนั่นแหละมาคิดพินิจพิจารณา และก็เอามาพิสูจน์ทดลองต่าง ๆ เป็นภาคปฏิบัติ จนถึงกับจับได้ คือจับสัจจะคือความจริงได้ เป็นขั้น ๆ เป็นตอน ๆ ขึ้นมา จึงมีความรู้ที่พัฒนาขึ้นมาจนถึงปัจจุบัน

พระพุทธเจ้าเองก็ทรงพัฒนาความรู้ดังกล่าวนี้แหละขึ้นมาเป็นบารมี คือเป็นความรู้ที่ถูกต้องขึ้นโดยลำดับ จน

ถึงได้ตรัสรู้อริยสัจ ๔ ทำทุกข์ให้สิ้นไป เป็นอันว่าได้ทรงพัฒนาความรู้ทางจิตใจขึ้นมาจนถึงที่สุด ส่วนในทางโลกก็มีการพัฒนาความรู้ขึ้นมาอีกมากมายดังที่ปรากฏนี้ ทั้งในด้านสร้างทั้งในด้านทำลาย แต่ความรู้ของพระพุทธเจ้าที่เป็นปัญญาบารมีนั้น เป็นความรู้ที่ยิ่งไปกว่าความรู้ในทางโลกนี้ เพราะเหตุว่ามีความรู้ในอริยสัจ ๔ ซึ่งทรงรู้จักเหตุผลในด้านเป็นทุกข์ ทรงรู้เหตุผลในด้านความดับทุกข์ ส่วนในทางโลกนั้นมีความรู้เหตุผลในด้านสร้าง ในด้านทุกข์ ไม่ได้มุ่งถึงความดับทุกข์ เพราะฉะนั้น จึงได้มีการสร้างกันทั้งในด้านเกื้อกูล ทั้งในด้านทำลายดังที่ปรากฏอยู่ แต่พระพุทธเจ้านั้นทรงตรัสรู้ถึงว่า ความรู้ในทางโลกนั้นจะมากเท่าไหร่ก็ตาม แต่ก็ยังเป็นไปในด้านก่อทุกข์อยู่ร่ำไป เพราะยังดับตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากไม่ได้ เมื่อดับตัณหาได้จึงดับทุกข์ได้ เพราะฉะนั้น จึงได้ตรัสรู้ทั้งในด้านทุกข์ ทั้งในด้านดับทุกข์ ซึ่งเป็นปัญญาในอริยสัจอันนับว่าเป็นปัญญาสูงสุด อันนี้ก็เป็นผลจากปัญญาบารมีที่ทรงได้บำเพ็ญมาโดยลำดับนั้นเอง

เพราะฉะนั้น จึงจำเป็นต้องมีศาสนาสำหรับเป็นเครื่องสั่งสอนอบรม คือ เป็นเครื่องปกครองอบรมจิตใจนี้นั่นเอง และปัญญาก็เป็นข้อสำคัญที่กำลังกล่าวถึงอยู่นี้ เพราะว่าเมื่อได้ปัญญารู้เหตุรู้ผลใช้เหตุใช้ผล ก็ย่อมจะเป็นไปในทางที่ดี เป็นไปในทางที่เจริญ ถ้าไม่ใช่ปัญญาก็เป็นไปในทางที่เสื่อม

ที่กล่าวดังนี้ก็หมายความว่ามีปัญญารู้เหตุรู้ผลและใช้เหตุใช้ผลนั้น ก็คือรู้เหตุผลอันถูกต้อง รู้เหตุผลที่เป็นตัวความจริง ใช้เหตุใช้ผลนั้นก็หมายความว่าใช้เหตุผลที่ถูกต้อง และปัญญาที่รู้หรือใช้เหตุผลที่ถูกต้องนี้ก็ไม่ใช่สิ่งที่จะพึงได้จากโรงเรียนโดยตรง หรือจากการอบรมต่าง ๆ โดยตรง แต่เกิดจากตัวเองที่จะต้องมีศีลคือความสำรวม จะต้องมีจิตตั้งเพื่อที่จะฟังเพื่อที่จะรู้อันเป็นสมาธิดังในเหตุการณ์ทั้งหลายที่ประสบ เมื่อเป็นดั่งนี้ ความรู้ที่เป็นตัวปัญญาจะผุดขึ้นมา เหมือนเช่นการเข้าโรงเรียน เรียนวิชาความรู้ต่าง ๆ หรือแม้การฟังธรรม การเรียนธรรมในโรงเรียน หรือแม้ว่าการฟังธรรมบรรยายที่สอนก็เหมือนกัน ตั้งจิตฟังก็ได้ปัญญาคือความรู้ในธรรม แต่เป็นความรู้ในขั้นปริยัติที่รู้จำรู้เข้าใจ แต่อาจจะไม่ใช่ตัวปัญญาที่รู้ถึงเหตุจริงผลจริงดังที่กล่าวมานั้น ยังไม่ใช่ก็ได้ แต่ว่ารู้จำรู้เข้าใจ จึงเป็นปัญญาในขั้นปริยัติ



รู้จริงต้องละได้เว้นได้

อันปัญญาที่รู้จริงถึงเหตุถึงผลต้องเป็นปัญญาที่มีลักษณะอีกอย่างหนึ่ง คือ จะต้องละได้เว้นได้เป็นประการสำคัญ ดังจะมีตัวอย่างเล่าให้ฟังต่อไป เช่น ฟังเรื่องศีล ๕ แล้วรู้ จำและเข้าใจ ศีล ๕ ก็ได้แก่ เว้นจากการฆ่า เว้นจาก

การลัก เว้นจากความประพฤติผิดในกาม เว้นจากการพูดเท็จ และเว้นจากการดื่มน้ำเมา ฟังแล้วก็รู้ เข้าใจและจำได้ เพราะเคยฟังมานักหนาตามทีพ่อแม่สั่งสอนตั้งแต่เป็นเด็กว่า นี่ดีควรทำ นี่ชั่วอย่าทำ แล้วฟังคำสอนทางศาสนาว่าอะไรเป็นบาป อะไรเป็นบุญ ก็รู้ก็จำได้ ซึ่งก็เป็นปัญญาเหมือนกัน เป็นปัญญาที่เป็นปริยัติปัญญา แต่จะเว้นการกระทำนั้นได้เท่าใด เมื่อพิจารณาที่ตัวเอง ทุกคนก็จะรู้ได้ว่าทำได้บ้างไม่ได้บ้าง อยากทำบ้างไม่อยากทำบ้าง ก็แสดงว่ายังทำดีทำชั่วกันอยู่ ทั้งที่รู้ว่าควรหรือไม่ควร จึงต้องมาพิจารณาว่าเพราะอะไร ก็เพราะลุอำนาจของตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจเป็นข้อสำคัญ อีกอย่างหนึ่งก็คือว่า ยังลุอำนาจต่อความโลภ โกรธ หลง คือโลภอยากได้ขึ้นมาก็ต้องเอาให้ได้ โกรธมีโทสะขึ้นมาก็ต้องทำร้ายเขาให้ได้ หลงขึ้นมาก็ต้องว่ากันไปตามที่หลงใหลนั้น พูดรวมเข้ามาก็คือว่าลุอำนาจของตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยาก เพราะฉะนั้น ทั้งที่รู้อยู่ก็ไม่สามารถจะห้ามได้ จึงต้องทำชั่วกันบ้างทำดีกันบ้างดังที่เป็นไปกันอยู่ ดั่งนี้เรียกว่ากำลังปัญญายังไม่พอ ยังเป็นปัญญาคือความรู้ที่ทำให้ละยังไม่ได้ตัดไม่ได้ ยังเป็นปริยัติปัญญา

คราวนี้ปัญญาที่ต้องการจริง ๆ นั้น ต้องการปัญญาที่รู้แล้วก็ละได้ตัดได้ แตปัญญาดังกล่าวนี้ไม่ได้เกิดขึ้นอย่างที่เราต้องการให้เกิด ต้องปฏิบัติให้ถึงขั้นถึงตอน หรือว่าต้อง

อบรมให้ถึงขั้นถึงตอน ถ้ายังไม่ถึงขั้นถึงตอนก็ไม่ได้ แต่ถ้าถึงขั้นถึงตอนแล้วได้แสงอะไรแหย่เข้าไปนิดเดียว จิตจะได้ความรู้ที่ละได้ตัดได้ทันที จิตที่ได้ความรู้ที่ละได้ตัดได้ทันทีนั้น อันที่จริงก็เกิดจากการที่อบรมบ่อย ๆ นั้นแหละ ทำมาเรื่อย ๆ จะทำมาในอดีตนานเท่าใดก็ตาม หรือในปัจจุบันก็ตาม เมื่อถึงขั้นถึงตอนเข้าแล้วก็จะได้ความรู้ความสำนึกที่ละได้ตัดได้ นั่นเป็นตัวปัญญาที่ต้องการ ซึ่งปัญญาที่ต้องการนี้ก็ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า เมื่อถึงขั้นถึงตอนแล้ว ได้อะไรเข้าไปตักเตือน แนะแนวหรือชี้ทางแล้วจะเกิดปัญญาขึ้นมาทันทีที่ละได้ตัดได้อย่างไม่น่าเชื่อ

ดังเช่นเรื่ององคุลีมาลโจรที่ต้องการความรู้ก็ไปเรียนวิชาจากอาจารย์ อาจารย์ก็ประสาทวิชาให้ คราวนี้ลูกศิษย์ด้วยกันอิจฉาริษยาว่าอาจารย์จะรักองคุลีมาลมาก เพราะว่าตั้งใจเรียนตั้งใจปฏิบัติ จึงยุแหย่อาจารย์ว่าเป็นศิษย์ที่คิดทรยศต่ออาจารย์ อาจารย์ก็เกิดความแคลงใจตามคำยุยง ครั้นจะฆ่าจะทำลายศิษย์ของตนเองก็น่าเกลียดจึงได้แกล้งบอกวิธีที่จะให้สำเร็จความรู้อย่างสูงสุด คือ ต้องไปฆ่าคนแล้วเอานิ้วมาให้ครบพัน จึงจะประสาทวิทยาที่สูงสุดให้ องคุลีมาลก็เชื่อ ก็กลายเป็นโจรฆ่าคนตัดนิ้วมารวม แล้วพระพุทธเจ้าทรงเห็นอุปนิสัยขององคุลีมาลโจรว่า อันที่จริงนั้นได้อบรมบารมีมาดีมาก และก็ต้องการความรู้ ไม่ได้มีเจตนาที่เป็นสันดานชั่วสันดานทราม

อย่างไร แต่เพราะหลงผิดตามคำบอกของอาจารย์ สันดานไม่ชั่วร้ายพอที่จะโปรดได้ จึงได้เสด็จไปโปรด องคุลีมาลโจรเห็นพระพุทธเจ้าก็วิ่งไล่ตาม พระพุทธเจ้าก็เสด็จเดินไปตามบกติ แต่องคุลีมาลก็ไล่ไม่ทัน ก็ร้องบอกว่า สมณะ สมณะ จงหยุด จงหยุด พระพุทธเจ้าก็ทรงตอบว่า เราหยุดแล้วแต่ท่านยังไม่หยุด ก็ด้วยคำเพียงเท่านี้ไปจี้ใจขององคุลีมาลโจรให้ได้ความสำนึกที่เป็นตัวปัญญาขึ้นมา แล้วก็รู้ตัวเองว่าไม่หยุดจริง คือยังฆ่ามนุษย์ทำบาปหยาบช้าอยู่เป็นอันมาก ก็ได้สติได้ปัญญาขึ้นมา ก็ทิ้งดาบกราบพระพุทธเจ้าแล้วขอบวช ก็ได้บวชเป็นภิกษุแล้วบำเพ็ญเพียรจนสำเร็จได้เป็นพระอรหันต์องค์หนึ่ง ก็ด้วยวาจาเพียงเท่านี้ก็จี้ใจขององคุลีมาลโจรให้ได้ปัญญาขึ้นได้

ปัญญานี้แหละที่ต้องการ แม้จะไปเทศน์สัก ๒–๓ ชั่วโมง ก็ไม่ได้ปัญญาอันนี้ ถ้าจี้ให้ถูกจุดแล้วก็ได้ปัญญาอันนี้ขึ้นมาก็จะหยุด อันนี้แหละสำคัญ เป็นปัญญาที่ได้โดยไม่มีหลักสูตร และไม่มีโรงเรียน แต่กล่าวได้ว่าเกิดจากการปฏิบัติอบรมให้มากขึ้น ๆ นี้แหละ แล้วจะถึงจุดที่ต้องการของภูมิสาวกคือหยุดได้ แต่ถ้าไม่มีผู้จี้ก็จะไม่ได้

คราวนี้ตัวอย่างในปัจจุบันก็มี คือมีผู้มาบวชเป็นนวกะที่วัดนี้นานมาแล้ว เป็นนายทหาร เล่าว่า เดิมก็ชอบไปยิงนกเป็นการสนุก วันหนึ่งพาลูกไปยิงนกด้วย ยิงถูกนกตกลงมา

จึงสั่งให้ลูกไปเก็บ ลูกไปเห็นนกยังไม่ตายนอนกระสับกระส่าย ทำตาปริบ ๆ อยู่ ลูกเกิดความสำนึกขึ้นมาก็ถามพ่อว่า นี่นกไปทำอะไรให้พ่อจึงไปยิงมัน คำถามของลูกเป็นเครื่องสะกิดใจทำให้ได้สติได้ปัญญา ก็หยุดยิงนกตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นมา นี้เป็นเพียงคำพูดของเด็กที่พูดออกไปอย่างซื่อ เท่านี้ที่ไปสะกิดใจให้ได้สติได้ปัญญา นี้เป็นปัญญาที่ต้องการ ซึ่งคนเราสามารถที่จะได้ปัญญาอันนี้เข้าถึงเหตุผลที่เป็นจริง ใช้เหตุผลและก็ช่วยได้จริง ๆ



ให้รู้จักกำหนดรู้

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสสอนให้รู้จักกำหนดรู้ด้วยความรู้ เรียกว่า **ญาตปริญญา** กำหนดรู้ด้วยความรู้ คำว่า **ปริญญา** นั้น ท่านมักแปลว่ากำหนดรู้ แต่ตามศัพท์แปลว่ารู้รอบคอบ **ปริ** แปลว่า รอบคอบ **ญา** แปลว่ารู้ รวมกันเป็นปริญญา แปลว่ารู้รอบคอบ แต่มักจะแปลกันในทางปฏิบัติว่ากำหนดรู้ ก็คือกำหนดรู้ให้รอบคอบนั้นเองด้วยความรู้ คือว่าด้วยความรู้ที่ได้จากตา ได้จากหู เป็นการเห็น เป็นการได้ยิน ที่ได้จากจมูก ที่ได้จากลิ้น ที่ได้จากกาย จากความที่ทราบที่รู้ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และจากมโนคือใจ คือที่ได้คิด ได้รู้ทางใจ ให้กำหนดรู้ความรู้เหล่านี้แหละให้รอบคอบ

ดังนี้เรียกว่า ญาตปริญญา แปลว่ากำหนดรู้ด้วยความรู้หรือด้วยการรู้ คือเมื่อรู้ด้วยตาด้วยหูเป็นต้นดังที่กล่าวนี้แล้ว ก็ไม่ใช่ว่าพอเพียงเท่านั้น ต้องทำความกำหนดรู้ให้รอบคอบในความรู้ ในการรู้ ตลอดถึงในสิ่งที่รู้ และเมื่อได้กำหนดรู้ด้วยความรู้ดังนี้แล้ว

ขั้นต่อไปก็คือว่า **ตีรณปริญญา** กำหนดรู้ด้วยการพิจารณา คือพิจารณาสิ่งที่รู้นั้น ให้รู้จักสภาพคือความเป็นไปของตน ของสิ่งเหล่านั้น ตามเป็นจริง คือตามที่เป็นแล้วว่าเป็นอย่างไร

และต่อจากนั้นก็ตรัสสอนให้ปฏิบัติในปริญญาขั้นต่อไป คือ **ปหานปริญญา** กำหนดรู้ด้วยการละซึ่งเป็นหลักปฏิบัติโดยตรงในพุทธศาสนา คือ ละ **ฉันทราคะ** ความติดใจยินดีพอใจในทุก ๆ สิ่ง ซึ่งเป็นการปฏิบัติขัดเกลากิเลสในจิตใจ ละความทุกข์ที่บังเกิดขึ้นให้สิ้นไปตามเป้าหมายทางพุทธศาสนา ซึ่งจะต้องมีปหานะคือการละ ละสิ่งที่พึงละไปโดยลำดับ

เพราะฉะนั้น ปริญญาในพุทธศาสนานั้นจึงมี ๓ ญาตปริญญา กำหนดรู้ด้วยความรู้ ตีรณปริญญา กำหนดรู้ด้วยการพิจารณา ปหานปริญญา กำหนดรู้ด้วยการละ นี่เป็นตัวปัญญาในพุทธศาสนา



บันทึก

บันทึก

บันทึก

บันทึก

บันทึก

ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์ **ชวนพิมพ์** โทร 2603542, 2810541 2813160, 2822114 แฟกซ์ 2813181
460 ถนนพระสุเมรุ แขวงบวรนิเวศน์ เขตพระนคร กรุงเทพฯ 10200
นายจิโรจน์ ศรสงคราม ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. 2535